
姉 ageha
お姉さん アゲハ
1月号 偶数月7日発売
2015年12月7日発売
おかげさまで5周年!!
ギャルでもない！おばさんでもない！
アラサーのお姉さん世代のための
ビューティ雑誌です❤
最大65%OFF!!
プラダ・クロエ
ジミーチュウ
姉ageha
ブランドモール
クロエのトート MIUMIUの長財布 脱毛器 宿泊券 etc.
5周年記念
豪華プレゼント♥
セルフネイルキットも当たる!!
SPECIAL INTERVIEW
安室奈美恵
形は丸くシャドーは淡く
目尻はちょろっと！
ラインと目尻の方程式
3大ブームはファー＆モノトーン＆花柄！
全国のお姉さん300人の
3大都市SNAP
女優帽、スヌード、ファーコート…
バランスの難しい冬アレンジに合格点!!
りなレディ＆かなカジ
真冬のドレスアップスタイル♡
2016年はコレが流行る!?
スムージー、香りモノ、ファッション…
My BOOM 114 連発!!
食事前みかん えのき鍋 ジュースクレンズ スクワット etc.
ダイエットガチンコ10番勝負♥
956人が決定！
姉的最優秀
コスメ大賞!!!
2015▶2016
20年の歴史で青春時代を
振り返る＆今の私たちの
なんでもランキング
思い出レストランへようこそ♡


エステティック
TBC
クリスマスにまだ間に合う!


PRODUIT EN FRANCE
CAFÉ DE PARIS
Rouge Sensation
ルージュの誘惑。
ブラッドオレンジの爽やかな香り、
真紅の泡で惑わせる、ルージュ センセーション。
DÉBUT
「ルージュの誘惑」プレゼントキャンペーン
CAFÉ DE PARIS × 愛沢えみり

ルージュの誘惑

真紅のドレスを纏い、
魅惑の笑顔と恋の駆け引き。
そして、ブラッドオレンジの
爽やかな酸味と程よい甘さで
心をルージュに染めていく。
“プレミアム”なひとときへと
誘うルージュの甘いささやきに、
今宵も酔いしれあそばせ♥

PHOTO_Nobuyuki Sasaki
HAIR&MAKE_Teruyuki Matsumoto(Rooster)
STYLING_Kaori Nara
MODEL_Sayaka Araki
EDIT&TEXT_Tomomi Okudaira



ドレス¥24,500、パンプス
¥12,800／ともに sugar
ピアス¥1,900／DURAS



カフェ・ド・パリ
ルージュ センセーション

カフェ・ド・パリから天然のブラッドオレンジ
フレーバーのスパークリングワイン
ルージュセンセーションが新登場。
750ml オープン価格

PRODUIT EN FRANCE
CAFÉ DE PARIS

姉agehaが今、話題のあの人にラブコール♥

姉的 power push artist vol.4

女の子の永遠の憧れシンガー、安室奈美恵さんが
待望のニューシングル『Red Carpet』を発表!!
現在開催中の全国アリーナツアーでも披露されている
優しく力強いその歌は、すべての"あなた"に捧げる
安室さんからのラブソング♥

TEXT_Kanako Hayakawa



Q1. 普段から体形維持で気を遣っていることは?

年の半分はリハーサルとツアーで毎日運動してるから、それ以外は何もしてないんです。MVの撮影とかがあって、その時の状況が悪ければ何かしらやりますけど、気にすることがストレスになるので、普段は何もしてないです。

Q2. ツアー中に喉のケアなどはしてますか?

体形とかと同じで、気にし始めるとどんどん気になっちゃうから、なるべく気にしない。

Q3. お休みの日はどんなことをしていますか ?

お家でごろごろ（笑）。ツアー中は、観光に出かけたり美味しいものを食べたり、お気に入りの海外ドラマのDVDを見たりしてます。

Q4. 落ち込んだとき、悩んだときはどうしてますか?

とことん落ち込みます。そうすれば後は上がるしかないから。そういう時につい焦って何かやりたくなるけど、下手に動かず、ちゃんと時期を待つのも大事かなって思います。

Q5. 普段トレーニングや運動などはしていますか?

してないです。でも２カ月間のリハーサル期間は、朝スタジオに行ってストレッチして、夕方6時半ぐらいまでしっかり動いて、夕飯を早めに食べる。そうやってほどよく運動して規則正しい生活をすると、体重もいい感じになるんじゃないかな？

Q6. 最近、食生活で心がけていることは?

今回ツアーのリハーサル期間にやったのは、食べすぎないよう注意したことです。いつもの半分くらいの小さなお皿にたっぷり盛って、視覚的に満足しながらカロリーを抑える。おかげで、カレーライスとか中華とか食べたいものを食べつつ、ストレスなく食べる量を調節できました。

PROFILE

<安室奈美恵>沖縄県出身。95年にソロとしてデビュー。現在、6月に発表した12thアルバム『_genic』を中心とした全国アリーナツアー『namie amuro LIVEGENIC 2015-2016』を開催中。

安室奈美恵

NAMIE AMURO

人生というレッドカーペット　VIPはあなた自身

――現在、全国アリーナツアー『namie amuro LIVEGENIC 2015-2016』を開催中ですが、ツアーの調子はどんな感じですか？

私、なぜか10代の頃よりもだいぶ踊ってるんじゃないかなと思うんですけどね（笑）。来てくださるみなさんはどんな風に感じてるんでしょうね？

――かなり盛り上がってるのは確かですよね。ライブの曲順はいつも安室さん自身が決めているんですか？

はい。そうじゃないと自分のテンション的に、この曲の後に急にこの曲に行けないなっていうこともあったりするんですよ。

――曲順次第で歌詞の意味が違って響くこともありますよね。そんなツアーでもいち早く披露されているのが、待望のニューシングル「Red Carpet」ですね。

曲自体は、元々アルバム「_genic」用に曲を探してた時からあったんです。でもちょっと懐かしい感じのする音も含めて、冬という時期にも合う感じがして、今回はアッパーな方のカップリング曲「Black Make Up」ではなく、「Red Carpet」をタイトル曲にしたんです。

――曲名を聞いた瞬間は、セレブっぽい世界観を歌ったゴージャスなダンスナンバーのイメージが思い浮かびました。でも実際は、温かな音や、ほぼ日本語で歌われる歌詞にぐっとくる優しい楽曲なんですよね。

すごくしんみり来ますよね。この曲はそこがいいなと思ったんです。人生をレッドカーペットにたとえて、それぞれの人生ではみんな自分が主役だし、自分自身がVIP。そして、レッドカーペットの形も誰に出会うかで変わってくる。そういう、それぞれのレッドカーペットという人生があるっていう曲なんですよね。

どんな人にもあてはまる歌にしたかったんです

――特に、〈どんな日々だって乗り越える／そこに君がいればいつもV〉っていうフレーズは、男女問わずどんな人にもぐっとくるというか。たとえばステージに立つ安室さんが歌うと、ファンに向けたメッセージのようにも聞こえるなと。

そうですよね？　レッドカーペットをそれぞれの人生にたとえれば、それぞれが自分の人生の主役だし、誰と出会って、そこからどう次の段階に行くかはみんな人それぞれ。それは恋愛においても、友人関係でも家族関係にでも言えることだなと思ったので、どんな人のどんなシチュエーションにでもあてはまる内容にしたいなと思ってました。ただ、ライブで披露するとなると、歌ってる内容は人生のことなんだけど、衣装がいかにもVIPな感じのキラキラしたステージ衣装だったとしたら…大丈夫かなぁって（笑）。

――大丈夫だと思います（笑）。カップリング曲「Black Make Up」はダンサブルなR&Bナンバーですが、この曲も日本語と英語の歌詞のバランスが抜群ですね。

「Black Make Up」も「Red Carpet」も、どちらも最初は全部英語の歌詞だったんですけど、その世界観を生かしながら日本語の部分も作詞してもらいました。もっと歌詞に日本語を混ぜてもいいかなとも思ったんですけど、やっぱりこれくらいのバランスがちょうどいいかなって。「_genic」はほとんどが打ち込みの曲だったから、今回の2曲はそこまで打ち込みでギンギンに来てる感じでもないので、曲を選ぶ時にそこも新鮮に感じてたのかもしれない。ライブでも盛り上がるといいなぁ♥

自分で人生を選ぶように洋服や靴の色が選べるMV

――「Golden Touch」や「Anything」も視聴者が参加出来る新たな試みで作られたMVでしたが、「Red Carpet」のMVも面白い仕かけになっているそうですね。

そうなんですよ。今回は見ている方の好みで、私がビデオの中で着る洋服の色を選べるんです。前回「Birthday」のMVでは早着替えをしたんですけど、自分自身で次の道を選びながら人生というレッドカーペットの上を歩くように、見ている人がそれぞれの好みで洋服や靴の色を選べるというのが今回のテーマ。みなさんにぜひ楽しんでもらえればなって思ってます。

Q7. お気に入りのスマホのアプリは？

自撮り用の盛りアプリ。ほんとに盛れちゃうからすごいですよね。あれを使い出すと普通の写真に戻れなくなりそうで怖い（笑）。

Q8. セルフィーのコツは？

ツアー期間限定のTwitterで自撮り写真もアップしてるんですけど、最近は元々スマホのカメラについてるフィルターを使って、1番いい光を探しつつ、口角を上げて、いい感じに撮れるように頑張ってます（笑）。

Q9. 最近ハマってるものはありますか？

海外ドラマ。最近見終わったのが、以前から大好きな『ヴァンパイア・ダイアリーズ　シックス・シーズン』。あと、『リベンジ』っていう復讐劇もすっごい面白いんですよ。

Q10. 姉ageha世代の女性に向けてメッセージをお願いします。

きっと人生で今がいちばん楽しい時期。悩みがあったとしても、それは長い人生のほんの一瞬のこと。トンネルはずっとは続かないし、悩みはいつか去るもの。今向き合ってることだけにとらわれるんじゃなくて、ちゃんと次に進まないと、ずっとトンネルのままになっちゃいますよ。

INFORMATION

NOW ON SALE



［CD+DVD］Red Carpet

AVCN-99027B ¥1,620（税込）



［CDシングル］Red Carpet

AVCN-99028 ¥1,080（税込）

温かなメッセージが染みるニューシングル✧

リード曲「Red Carpet」とダンサブルなカップリング「Black Make Up」を収録したニューシングル♪ DVD盤とBlu-ray盤には、視聴者がドレスの色を選べるカスタム機能が付いた「Red Carpet」のMVと貴重なメイキング映像も収録★

お姉さん世代に必要なあれこれを独自の視点で発掘!!

アラサー女子のたしなみ♥

[第9回]　メイベリン ニューヨーク
メイベリン ヌードパレット&メイベリン
ボリューム エクスプレス ラッシュセンセーショナル

メイベリンから新しくオトナ向けのアイテムが登場したよ 中高生の頃から私たちのメイクを支え続けるコスメブランドだけあって、年齢と盛りとの間で悩むお姉さんにぴったり♥ マンネリ化したナチュラルメイクをアップデートしよう✧

PHOTO_Masahiro Kita (Studio Birss) **EDIT&TEXT**_Kumi Matsuno



[上から] 質感や明るさの異なるブラウンシャドーが勢ぞろい。メイベリン ヌードパレット¥2,200、重ね塗りしてもダマにならず1本1本繊細な仕上がりに。メイベリン ボリューム エクスプレス ラッシュセンセーショナル¥1,600／ともにメイベリン ニューヨーク

アイメイクの加減に悩んでるお姉さん必見!!

オトナのアイメイクは絶妙なニュアンスと密度で魅せる!



サッと塗るだけで違いが出る！
ワンランク上のお姉さんに✧

オトナが使ってこそ威力を発揮 優秀シャドー&マスカラ♥

ナチュラルメイクが定番になって早3年。変わらず〝薄くて盛れる〟メイクを追求してるけど、薄いがゆえにアイメイクがパターン化したり、老けを隠せていなかったり…と悩みは尽きない💧

そんなお姉さんにオススメなのが、捨て色ナシの多彩なシャドーパレット！　ヌード系からブラウンまで12色もそろい、さらにマット、シマー、メタリックと質感も様々。〝ブラウンシャドー〟と一言で片付けられないほど、組み合わせ次第でいろんなアイメイクが完成するよ✧　2色グラデなら抜け感のある目元、3色グラデならヘルシーな目元。ちょっと盛りたいときは4色…とパーティーやイベントにぴったりなグラマラスアイだってお手のもの♪　どの色も絶妙な発色で、盛れない心配も盛りすぎる心配もないのがうれしい

また、セットでオススメしたいのがボリューム エクスプレスの新作マスカラ✧　注目は先端のブラシ。まず短い毛足側でまつげの根元を塗り、次に毛足が長いほうで毛先をとかしてみて。すると繊細なのに密度たっぷりのまつげに変身！　しかも、まつげ保護成分やハリコシアップ成分配合なので細くなったまつげを優しくケアしてくれるよ♥

このふたつのアイテムを使えば、今まで以上にナチュラルメイクが盛れること間違いなし　イベントが多くなる前にゲットして、若いコや周りのアラサーに差をつけちゃおう！

姉

お姉さんアゲハ ageha

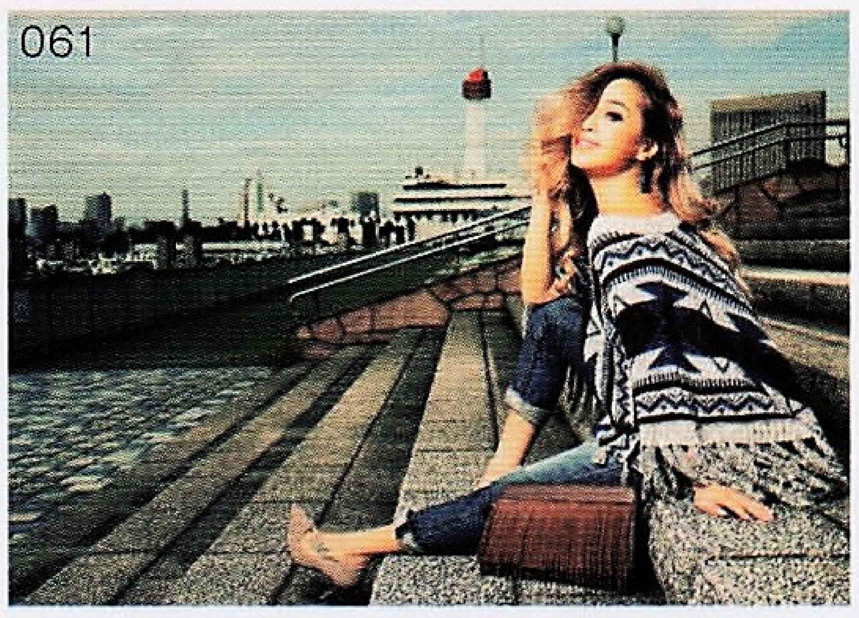
2016年1月号



COVER STAFF

PHOTO_Kazuki Yayama (BIEI)
MODEL_Sayaka Araki,Sayo Hayakawa, Rina Sakurai
HAIR&MAKE_Yuko Nozaki
STYLING_Yoko Tsutsui (PEACE MONKEY)
DESIGN_Mutsumi Sawada
CLOTHES
(りな)白レースペプラムカットソー¥5,500、スキニーデニムパンツ¥8,300/ともにLIP SERVICE　ファーイヤリング¥1,600/Grandedge 渋谷109店 (さやか)ファーコート¥13,500/rienda (バロックジャパンリミテッド)　白レースキャミソール¥5,900、デニムショートパンツ¥8,500/ともにDURAS　ピアス¥1,900/SPIRALGIRL　(さよ)白ペプラムカットソー¥5,990/RESEXXY 渋谷109店　タイトスカート¥6,500/SPIRALGIRL　パールファーピアス¥1,900/LIP SERVICE

ココでしか見られない写真も!! お姉さんアゲハ公式 Facebook♥
https://www.facebook.com/aneageha


061


051


072


080


008

CONTENTS


040

※本誌内の価格表示は、断りのある場合を除き、すべて税抜きの本体価格となります。

コスメ大賞!!! 2015→2016

PART 1

毎日
私たちの顔を
かわいくしてくれた!!

コスメ&メイク部門♥

みんなのポーチの中身がココに集結♥
厳選されたアイテムだけあってどれも
優秀なものばかり！　次買うときの
参考にしてみて♥

ペンシルアイライナー

1位 291票
ビボ
アイフル　アイライナー A 01
¥400／エリザベス

2位 235票 Present 24 3名
スプリングハート　¥420／コージー本舗
ロングラスティングアイライナー　ブラック
芯がやわらかくて描きやすい✧。ぼかし専用のチップ、シャープナー付き。「プチプラで落ちにくいのが優秀！」（英子さん・31歳）
程よい固さで粘膜ラインもお手軽。にじみにくいのも高ポイント★「描きやすいから超短くなるまで使ってる♡」（こころさん・29歳）

3位 208票
msh
ラブ・ライナー ペンシル
エクストラスムース リッチブラック
¥1,600／msh
クリームのようななめらかな描き心地でまつげのキワもスルスル描ける♥「すぐ乾き二度描きしてもヨレない✧。」（たまきさん・33歳）

リキッドアイライナー

1位 250票
msh
ラブ・ライナー リキッド
リッチブラック
¥1,600／msh
シャドーの上に描いても発色キープ！　汗や皮脂に強くにじまない。「コシのある筆で描きやすさはピカイチ✧。」（紗英さん・28歳）

2位 211票 Present 27 3名
マジョリカ マジョルカ
ラインハンター BK999
¥1,000／資生堂
ブラシの角度でラインの太さが自由自在★　適度なコシがあり、細いハネラインもお手軽。「まつげのキワも濃密。」（沙菜さん・30歳）

3位 186票 Present 28 3名
K-パレット
リアルラスティングアイライナー
24h WP BB01
¥1,200／クオレ(K-パレット)
前から茶ラインの人気はあったけど、ついにコスメ大賞でランクイン！「黒を愛用してたから茶にするときは真っ先に購入♡」（智子さん・28歳）

アイブローマスカラ

1位 294票 Present 22 3名
ヘビーローテーション
カラーリング
アイブロウ 01
¥800／伊勢半
発色がいいのでしっかり自眉もふんわり眉に早変わり♥「二度塗りすると、より高発色で落ちにくくなる♪」（梢さん・30歳）

2位 260票
KATE
アイブロウカラー
N LB-2
編集部私物
パール入りなので明るくシアーな発色♪　アイブロウパウダーとのセット使いが人気♡「ブラシが小さめで塗りやすい！」（弥生さん・28歳）

3位 227票 Present 23 5名
キャンメイク
カラーチェンジ
アイブロウ 02
¥500／井田ラボラトリーズ
パール無配合でブリーチ級の高発色★　乾いたあとも手触りふんわり♥「明るいブラウンでも肌浮きしないのが◎。」（由里さん・25歳）

アイブローパウダー

1位 273票
KATE
デザイニング
アイブロウN EX-4
編集部私物
ランキング常連のKATEの強さは、群を抜くリピート率✧。「赤みよりのカラーは浮かなくて使いやすい♪」（里子さん・25歳）

2位 258票 Present 25 3名
インテグレート
アイブロー&ノーズ
シャドー BR731
¥1,200（編集部調べ）／資生堂
マットなパウダーが自眉に溶け込み、長時間色落ちしない♪「しっかり固めブラシは驚くほどの描きやすさ♡」（久美さん・33歳）

3位 229票 Present 26 3名
レブロン
カラーステイ
ブロウ メーカー 001
¥1,300／レブロン
パール入りパウダーが濃い眉毛もやわらかい印象に♥　キープ力が高いのもうれしい。「癒し系のようなふんわり眉に。」（春奈さん・30歳）

アイブローペンシル

1位 285票
ビボ
アイフル
マユズミA 06
¥400／エリザベス
眉ペンシルといったらビボ、というくらいお姉さんのポーチの中の必需品✧。「抜群の高発色♥　ずっとコレ！」（美知さん・29歳）

2位 247票
資生堂
眉墨鉛筆 ②
ダークブラウン
¥200／資生堂
絶妙な芯の固さで描きやすく、眉尻ラインも思い通り。「中学生の頃から愛用♥落ちにくいし、コスパ最強！」（サオリさん・25歳）

3位 184票
KATE
アイブロウペンシル
N BR-2
編集部私物
繰り出し式なので最後まで折れずに描ける✧。カラバリも豊富。「極細芯は1本1本毛を描き足すのに便利♪」（美湖さん・29歳）

がココに集結!!

テムも数多く登場✧。

Hazama (f-me)　EDIT&TEXT_Kumi Matsuno



オンナ磨きに終わりはない✧
2016年も一緒に高みを目指そ♡

Present 00 マークがついている商品は読者プレゼントです。
ハガキに欲しいアイテムの番号を書いて送るか、オンラインで応募してね♥

Cosmetic Aw

専属モデル（31歳／東京都）
独身・子供なし
荒木さやか

セットアップ¥21,000、ピアス¥2,700／ともにsugar　その他／モデル私物

全国のお姉さん956人に徹底調査!!

1年間オンナを磨くために使っていたアイテム

姉的最優秀

目の肥えたアラサー世代が選ぶからこそ、本当に盛れるもの、効果を実感したものがランクイン◡̈ 昨年も受賞してる2冠達成アイ
安心して下さい、あなたのアンケート回答、反映されてますよ♥

PHOTO_Hirofumi Yamashita(f-me) [MODEL],Masahiro Kita(Studio Birss) HAIR&MAKE_Yuko

アイシャドー



KATE
1位 281票 カラーシャス ダイヤモンド BR-2
編集部私物

ダイヤモンドのような輝き✧ 見た目よりも繊細な仕上がりに満足。「ひと塗りでラメの輝きがツヤに変わる✧」（葉子さん・29歳）

ルナソル
2位 259票 ベルベット フルアイズ 03
編集部私物

質感の違うブラウンのパレットはどれも発色が上品★ 「今年は深みが欲しくて♥ グラデーションもカンタン✧」（めぐさん・26歳）

ジルスチュアート
3位 201票 リボンクチュール アイズ 02
¥5,000／ジルスチュアート ビューティ

目元をパッと明るくしてくれるピンクブラウンは好印象☺ 「ほんのりピンクは浮きすぎず肌なじみ抜群！」（愛さん・34歳）

はみ出しコラム♥

さやかに直撃！ 最新まつエク事情を聞いてみた♥
ランキングに入るほど定着したまつエク。最近の流行を、お店をプロデュースするさやかにリサーチしたよ♪

DOT 1101もヨロシク♥

荒木さやか

人気は自まつに近いデザイン✧
DOTではJカールにミンクやセーブルなどの上質な毛質を使い、0.1mmの細い毛をミックスするコが多いよ★ 自まつっぽさをキープしつつ、ナチュラルに目元を強調するのが最近の流行♪

マスカラ



メイベリン ニューヨーク
1位 243票 ボリューム エクスプレス マグナム ウォーター プルーフ N01
¥1,300／メイベリン ニューヨーク

メイベリン史上最大のボリューム[illegible]「ブラシの角度が程よく、ダマになりにくいのも高ポイ[illegible]」（[illegible]さん・30歳）

メイベリン ニューヨーク
2位 205票 ラッシュニスタ 01
¥1,200／メイベリン ニューヨーク

ロング派からの熱い支持が集まった♥ なめらかな上向きまつげに♪ 「ツヤっとしたまつげが1日中続く☺」（亜美さん・27歳）

フローフシ
3位 182票 モテマスカラ リペア Vo-R（ボリューム）
¥1,800円／フローフシ

フローフシ独自の美容成分「エンドミネラル®」配合でまつげのハリ・コシアップ☺ 「自まつが強くなった♥」（ミエコさん・24歳）

ちなみにつけまのりイチバン人気は♥

アイラッシュ フィクサー EX552
¥900／ディー・アップ

キープ力、粘着力、肌へのやさしさ、どれを取ってもベスト✧ 「海ではしゃいでも大泣きしても取れない☺」（心音さん・28歳）

上つけま

ドーリーウインク
1位 232票 アイラッシュ No.2
¥1,200／コージー本舗

縦幅強調デザインで、落ちくぼみ始めたアラサーの目元がぱっちり丸目♥ 「ちょっと濃いメイクの日にも使える♪」（茜さん・31歳）

自然なデカ目が作れる✧

Present 29 3名

ダイヤモンドラッシュ
2位 199票 ヌーディスイートシリーズ クチュール eye
¥1,400／SHO-BI

極細の繊細まつげがナチュラルメイクを底上げ♪ 「自まつに溶け込む感じや、自然な仕上がりが好き☺」（サキさん・27歳）

ふさふさ毛が心地よい★

Present 30 5名

3位 157票 まつエク
ついに！ つけまを卒業したお姉さんが増えてまつエク入賞♥ 「最近のは持ちがいいし、カールの種類も豊富✧」（奈々さん・29歳）

下つけま

P 5名

ドーリーウインク
1位 242票 アイラッシュ No.5
¥1,200／コージー本舗

昨年に続き1位受賞で2冠達成✧ 使い勝手の良さはご存知の通り、安定のNo.5♥ 「下つけまといえばコレ！」（みゆさん・33歳）

仕上がりはまるで自まつ

Present 31 3名

2位 229票 まつエク
上まつエクとセットでやってるコが多数★ 「ゴテゴテにならないよう、ボリューム感に気をつけてる♥」（凛子さん・29歳）

3位 180票 自まつにマスカラ
アイメイク自体がナチュラルになって下は自まつってコが増加♪ 「マスカラをサッと塗るだけの楽さも◎♪」（美月さん・27歳）



1位 241票
シャネル
ジュ コントゥラスト 250
編集部私物



しっとりパウダーで時間が経っても崩れにくい♥ 「見た目は濃いけど、薄づきなので程よい血色感♪」(さくらさん・26歳)

2位 206票
アディクション
チーク ポリッシュ 04
¥2,800 /アディクション ビューティ



新感覚のリキッドチーク。肌に溶け込むので乾燥せず、ずっとみずみずしい✧。「血色メイクのときに大活躍♥」(アヤさん・32歳)

3位 167票
M・A・C
ミネラライズ ブラッシュ ニュー ロマンス
¥3,500 / M・A・C



新色の中から1番使いやすいニュー ロマンスがランクイン☺ 「甘すぎないピーチの発色は年齢的にもベスト✧。」(優さん・34歳)

1位 306票
イヴ・サンローラン
ルージュ ヴォリュプテ シャイン No.32
¥4,000 /イヴ・サンローラン・ボーテ



昨年3位から堂々の1位受賞♥ ツヤやかで濃密な発色にみんな病みつき☺ 「グロスのようなツヤが好み♪」(エリコさん・27歳)

2位 276票
M・A・C
リップスティック チャッターボックス
¥2,900 / M・A・C



赤リップ人気が去ったいま、ほんのり赤が溶け込んだ明るいピンクが使える★ 「おしゃれさが出る絶妙な色☺」(ゆみさん・33歳)

3位 183票
ジルスチュアート
リップブロッサム 01
¥2,800 /ジルスチュアート ビューティ



彩りも見た目もキュート♥ 01はミルキーライトピンク。「男性ウケがいいのでデートコスメの鉄板★」(里奈さん・26歳)





1位 241票
ディオール アディクト
リップ マキシマイザー 001
編集部私物



唇のコラーゲンを生成し潤いがアップ✧ プレゼントとしても人気。「縦ジワが消えるので色付きも愛用中♪」(かすみさん・28歳)

2位 219票
シャネル
レーヴル サンティヤント 161
編集部私物



ぎっしり詰まったラメは唇にのせると程よいキラめきに♥ 「色持ちがよく、ベタつかないのもうれしい♥」(玲さん・27歳)

3位 188票
イヴ・サンローラン
ヴォリュプテ ティント インオイル 6
¥3,800 /イヴ・サンローラン・ボーテ



オイルインで保湿効果が高く、使うほどふっくらした唇に★ 「のびが良く、ちゅるんとした質感がかわいい♥」(絵里香さん・28歳)

パウダーファンデーション



Present 34 3名

1位 146票

厚ぼったくならずストレスフリー！
光の補正効果で天然美肌😊

マキアージュ
ドラマティック パウダリー UV
オークル 10

¥3,000(ケース別売)(編集部調べ) ／資生堂

ムース生まれのパウダーが肌に溶け込み、粉っぽさを感じない😊 「色ムラや毛穴落ちがなく、ふんわりなめらかな肌がずっと続く♥」(美咲さん・27歳)

リキッドファンデーション



保湿と美白、カバー力が備わった
優秀リキッドファンデ✧

1位 139票

シャネル
ル ブラン フリュイド ルミエール 20

編集部私物

軽やかなテクスチャーで気になる部分を自然にカバー。SPF30なのもうれしい♥ 「軽い使用感で高いカバー力、さすがのシャネル✧」(加代さん・35歳)



3位 63票

くすみ、乾燥、シワをカバーしいつだって褒められ肌に✧

コフレドール
シルキィフィット パクトUV(モイストキープ)オークル C

編集部私物

美容液でコーティングされたパウダーが肌になじみ、しっとりフィット♥ 「なめらかなツヤ肌が完成する♪」(紀子さん・30歳)



肌に吸いつくようなしっとり感
乾燥や小ジワを見事にカバー✧

2位 84票

24h cosme
プレミアム ミネラル ファンデーション 01

¥5,200 ／24h cosme

アルガンオイル配合で肌のハリ・ツヤがアップ★ 石けんでカンタンにオフできるのも魅力 「お直しで塗り重ねてもキレイに仕上がる♪」(ユキさん・29歳)



素肌に潤いのベールをまといツヤやかで健康的な肌に😊

Present 33 3名

3位 55票

ラッシュ
ヘルシーカラー ライトイエロー

¥1,649 ／ラッシュ・ジャパン

手持ちの保湿クリームと混ぜてファンデとしても、単品でコンシーラーとしても使える。「キメが整い、気になる肌の赤みも自然な血色感に♪」(愛子さん・26歳)



肌がゆらぎがちな姉世代の肌を美肌に見せてくれる✧

2位 81票

レブロン
カラーステイ メイクアップ 200

¥2,000 ／レブロン

Present 32 3名

昨年3位からランクアップ！ 皮脂をコントロールし1日中潤いが続くので崩れにくい😊 「素肌っぽい仕上がりも◎。」(アサミさん・27歳)

コンシーラー

はみ出しコラム♥

最新コスメ NEWS♥
メイクしながら美肌に✧
美容成分入りコスメが流行中！

ランキング集計中､気づけば"美容成分配合"のものばかり！ ジャンルを問わず広がる美容成分配合コスメ、チェックしてみて😊

美容液入りコスメのあれこれ♥
- ♥ファンデーション
- ♥コンシーラー
- ♥マスカラ
- ♥アイライナー
- ♥リップ

低刺激、高保湿などメリットが♥
肌に直接触れるものだし、なんならメイク中も美肌になれるならうれしいよね😊 次買うときの参考にしてみて♪

1位 137票

KATE
スティックコンシーラー N ライトベージュ

編集部私物

昨年に続く1位受賞で不動の地位を築きつつあるKATEのコンシーラー✧ 「かためスティックのわりに伸びがよく、クマが自然に消えるよ😊」(美樹さん・26歳)



プチプラなのにカバー力抜群✧
なめらか感触も人気のヒミツ♥

隠すよりも光でカバー✧
一瞬でオーラのある女に♥

24h cosme
24h カラーコンシーラ UV

¥3,334／24h cosme

3位 92票

色で隠すので厚塗りにならず、プロのメイクさんみたいな仕上がりに！ 「肌にやさしいからニキビも治る😊」(奈々美さん・30歳)



2色を混ぜて使うから自分にぴったりな肌色でカバー✧

2位 114票

イヴ・サンローラン
ラディアント タッチ No.2

¥5,000／イヴ・サンローラン・ボーテ

光を集めることで小ジワや毛穴が目立たなくなる★ ハイライトとしても。「夕方のくすんだ顔に。目元に入れるだけで顔が明るくなる✧」(千穂さん・36歳)

フェイスパウダー

しっとり感がアップして
よりキメ細かいなめらか肌に



Present 37 3名

1位 231票

クリアラスト
フェイスパウダー ハイカバー 白肌オークル

¥1,500 ／ BCL

愛用は20代前半からというお姉さん多数♪　色ムラ、赤みを瞬時にカバー。「他のお粉を使っても結局戻ってくる★」（ルイさん・33歳）

下地



夕方に差がつく優秀下地★
テカリ、ヨレ、一切心配ナシ☺

Present 35 3名

1位 138票

ソフィーナ プリマヴィスタ
皮脂くずれ防止 化粧下地

¥2,800（編集部調べ）／花王（ソフィーナ）

今年も1位受賞で2冠達成！　皮脂を食い止めるメカニズムで、化粧もち抜群。「崩れたとしても汚くない♪　お粉ですぐに元通り♥」（風子さん・30歳）

3位 148票



程よいピンクパウダーが
アラサーのお疲れ肌を払拭！

コスメデコルテ
AQ MW フェイスパウダー 80

¥5,000 ／コスメデコルテ

ふんわりなめらかな質感と、肌をトーンアップしてくれる効果が人気の理由♪　「乾燥肌でもすべすべの感触☺」（由佳さん・27歳）

シャネル
プードゥル ユニヴェルセル リーブル 30 編集部私物

2位 170票

お粉人気を二分するのがマット派に人気のシャネル☺　「見た目はマットでも使用感はふんわり軽い♥　透明感も◎。」（さおりさん・34歳）



皮脂多めでも崩れにくい！
ランキング上位の人気者✧



崩れが見え始める
夕方でも透明度の
高さは秀逸✧

3位 69票

RMK
クリーミィ ポリッシュト ベース N02

編集部私物

あらゆる肌の凸凹にもぴったりフィット。なめらかテクスチャーでしっとり！「ぷりっと透き通った肌になる。」（桃子さん・30歳）

毛穴が目立ちにくく
時短メイクにはコレでOK★



2位 93票

Present 36 3名

マキアージュ
パーフェクト マルチ ベース BB

¥3,000（編集部調べ）／資生堂

美容液のような潤いとカバー効果を同時に実現✧　「日中用美容液でもあるので1日中肌が潤ってるのを感じる♥」（ひとみさん・33歳）

はみ出しコラム♥

クリームファンデのランキングはカバーマークが圧倒的!!

数年前に比べ、クリームファンデを使うコが減った印象★　でも保湿力、カバー力が優秀すぎて、アラサー世代には頼れる存在✧。

1位 173票

カバーマーク
フローレス フィット FN20



¥7,000 ／カバーマーク

光をコントロールして色ムラ、くすみをカモフラージュ♥　「にっくき肝斑や濃いシミも、少量でOK♪　コンシーラーいらずの肌に☺」（ミユキさん・34歳）

3位 54票



光と影を巧みにあやつり
メリハリ顔に生まれ変わる✧

KATE
スリムクリエイト パウダー EX-1

編集部私物

ハイライトはラメ入り、シェーディングはマットな質感。「優しくのせるだけで小顔効果。持ち運びに便利☺」（すみれさん・27歳）

M・A・C
ミネラライズ スキン フィニッシュ ライトスカペード

¥4,200 ／ M・A・C

シャンパンベージュのパウダーが上品なツヤを演出★　「ナチュラルなのに、どこかゴージャス✧」（エミリさん・29歳）

2位 88票



人工的なギラギラ感は一切ナシ
品のあるツヤがアラサーを格上げ

ハイライト

1位 121票

Present 38 5名

キャンメイク
ハイライター 01

¥550／井田ラボラトリーズ

サッとのせるだけで透明感と立体感のある顔に。肌浮きしないところも高評価☺　「プチプラコスメの中でも実力派！」（美鈴さん・27歳）



微粒子パールが肌に溶け込み
立体感を生み出すツヤに変

専属モデル（25歳／東京都）
独身・子供なし
小原優花

この1年みんながやったメイク

2015年のメイクの流行を大発表✧. ナチュラ…イクは変わらないけど、全体を見ると去年より…性らしさが出るメイクがランクイン〜◡̈



髪より暗め、ややボサまゆげでセレブっぽい印象に✧

1位 175票

中太ストレート眉

太眉人気が落ち着いて、今年は極太からナチュラルな太さに進化✧. 自まゆのふさふさ感を大事にしたストレートがお姉さんのルール！ 中太にすることで隙のある女らしさがアップ。

PROCESS



1 **眉山の位置を決めるよ♪**
Aの中間色と濃い色を混ぜ、Bで理想の眉山の位置を決める。そのまま眉尻ラインを作るよ。目尻ラインより1㎜長めに！



2 **眉頭から中間までを描く**
Aの明るい色と中間色を混ぜ、Bで眉頭から自まゆの下を描き足していく★ 目と眉が近づいてハーフっぽくなる✧.



3 **眉頭をふんわりとぼかす♪**
眉頭の上下をはさむように、Aの中間色をくの字にオン。きっちりしたラインが程よくぼかされ、自然な陰影が生まれる◡̈



4 **眉マスカラで仕上げる！**
Cで眉毛を逆なでしながら全体に塗っていく★ 眉頭の毛流れを上に向け、軽くボサッとさせてセレブっぽい印象に♪

Use it!



A.スージーニューヨーク パウダーアイブロウ エキスパート02 B.ケイト アイブロウ用ブラシ C.ヘビーローテション カラーリングアイブロウ ライトブラウン

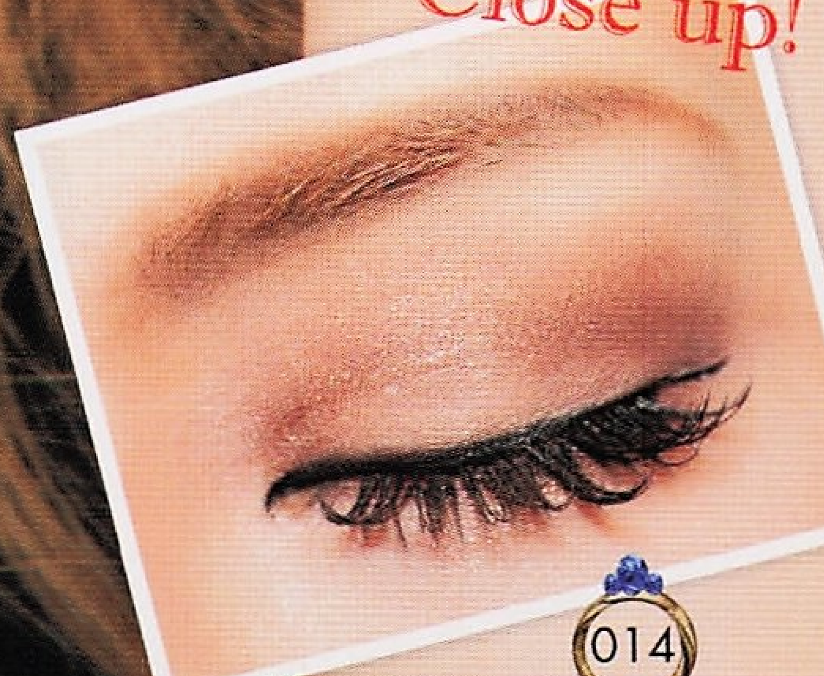
あのときも!!



2015年9月号♥
太眉は男子ウケが悪いことに気づき始めたり、太すぎて似合わなかったり💧最新の女らしいまゆげを紹介したよ♪

ちなみに今はややアーチ型に移行中!!
さらにまゆげは進化中!! 軽くカーブがあったほうが、より女っぽさや色気が出る♥といった意見がちらほら◡̈

Close up!



あのときも!!
2015年5月号♥
血色メイクの作り方
お姉さん世代がやっても浮かない＆痛くない方法を伝授★ 「旬顔になれた！」と反響のあった企画だよ✧



3位 121票

血色メイク

ピュアと色気が同居する隙ありフェイスに✧

去年の冬〜今年の春にかけて大流行♥ ポッと上気したようなメイクがピュアな女のコに見せてくれた◡̈

A.程よいツヤ感。ヴィセ リシェ リップ＆チーク クリーム RD-1 ¥1,000（編集部調べ）／コーセー B.コスパ抜群。キャンメイク クリームチーク CL01 ¥580／井田ラボラトリーズ C.血色チークの代名詞的存在。アディクション チークポリッシュ 04 ¥2,800／アディクション ビューティ D.リッチなツヤめき。エスプリーク ルージュグラッセ PK802 ¥2,300（編集部調べ）／コーセー E.ベタつかない新感触。キャンメイク リップティントシロップ 02 ¥650／井田ラボラトリーズ

Use it!
A.アルビオン ハーバルオイル ゴールド B.RMK クリーミィ ポリッシュト ベースN 02 C.トム フォード ビューティ トレースレス ファンデーション



Close up!
専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし
加賀美早紀

ツヤ肌なら小ジワやくすんだ顔色を飛ばしてくれる✧

2位 142票

ツヤ肌ベースメイク

厚塗りベースメイクを卒業し、素肌感を大事にするお姉さんが急増♥ パール入りやオイルベースを選んでツヤ肌に✧

あのときも!!
2015年5月号♥
マットな質感やカバー力重視だった頃が懐かしい✧ 厚塗りを避け、みずみずしさやツヤを重視するようになった◡̈

PROCESS

1 最初にオイルを仕込む★
スキンケアで肌を整えたら手のひらにAを2〜3滴たらし、肌全体になじませていく♪ まず保湿をしっかりと！

2 下地を全体にのせていく♥
Bをパール粒くらい出し、指の腹全体を使って均一にオン！ 粉っぽいものを避けてパール入りをチョイス◡̈

3 リキッドファンデを塗る♪
Cを3プッシュくらい出し、おでこ、両ほほ、あごにのせる★ 乾かないうちにスポンジで丁寧にたたきこみ、全体にのばす♥

Use it!
A.msh ラブ・ライナー リキッド リッチブラック



Close up!

急角度のハネラインよりも隙が生まれてオトナっぽい✧

5位 67票

目尻ゆるハネライン

アイラインは目尻ゆるハネが定番化✧ 去年よりハネの角度がゆるめになり、1〜2mm短くなった◡̈

あのときも!!
2015年3月号♥
甘辛と男ウケ・女ウケを考える企画★ メイクのテイストは違っても、みんな目尻はゆる〜くハネてました✧

専属モデル（32歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

PROCESS

1 上ラインを全体に引くよ
つけまをつける前に、Aで上まぶたに沿って引く。基本は目の形に沿って引き、目尻は流れのまま下に3mm延長するよ♪

2 目尻をスッとハネさせる★
つけまをセットし、目尻の最終地点から横にのばすようにゆるくハネる♥ 筆先の軽いタッチを活かすのがポイント✧

3 アイラインをぼかすよ♪
何もついてないチップで上ラインをなぞり、境目をぼかす★ こうするとシャドーとなじんで自然な仕上がりに✧

4位 98票

ほの艶ブラウンシャドー

あのときも!!
2015年11月号♥
レディな姉の秋メイク
ブラウンシャドーの使い方に変化が★ がっつりハーフっぽいグラデは昔の話！ 繊細で上品な目元作りに集中✧

ブラウンシャドーの神っぷりは今年も健在✧ ほんのりツヤっぽいブラウンでヌーディにするコが多かった◡̈



くぼみがちな目元に、自然なツヤと陰影を生む✧

A.気品あふれる目元に。ジルスチュアート リボンクチュール アイズ 03 ¥5,000／ジルスチュアート ビューティ B.ナチュラルなのに彩りツヤやか。マキアージュ ドラマティックムードアイズ BR354 ¥3,000（編集部調べ）／資生堂 C.ヌーディなデカ目に。インテグレート ヌーディーグラデアイズ BR353 ¥1,500（編集部調べ）／資生堂 D.フェミニンに寄せるならコレ。セザンヌ トーンアップアイシャドウ 01 ¥580／セザンヌ化粧品

Present 39 3名



明日のキレイを作るのは、神でもエステでもなく自分だから✧

専属モデル（32歳／東京都）独身・息子1人
早川沙世

効果を信じて
毎日やってる!!

美容&スキンケア部門♥

小さなことからコツコツと、日々の積み重ねがモノを言う美容部門★　まだやってないことがあったら自分メンテに取り入れてみて♪

殿堂入り!! 日常美容大賞

アンケートで浮かび上がったのは、キレイになるために日々何かしら努力をしてること！
日常的にやってる自力美容をご紹介♥

保湿ケア　翌朝の化粧ノリは前日夜のひとてまがカギ♥

夜のケアをしっかりすることで翌日に違いが表れるもの✧。アイテムの値段が安くても高くても、夜ケアをサボらないことが美肌への近道!!



安定の保湿クリーム。ニベアクリーム169g（オープン価格）／ニベア花王



高い美容成分により美肌に。ラピエル30g ¥7,389／ネクステージ



メイク落として肌が生き返る

万能なニベアは本当に手放せない✧。メイクの上にたっぷりのせてなじませる。やさしくティッシュオフすると肌もちもち♥

主婦（26歳／福岡県）既婚・子供なし
西澤友希さん



毎日、化粧水後にラピエルをオン！

使い始めて肌の水分量がぐんとアップ♡ローズの香りも癒し効果抜群♪　寝てる間に浸透して翌日のメイクノリが見違える★

芸能プロダクション経営（25歳／埼玉県）既婚・子供なし
菜採 梓さん

おこもり美容　パックするならおもしろシートマスクでSNSネタに♥

話題賞といえばコチラ★　歌舞伎デザインから進化して今やアニメコラボやキャラものなど種類は豊富♥　やるならネタに走ったが勝ち♡



左からラスカル、子犬、ジョジョにふなっしー（笑）。値段も手頃で旅行やお泊り女子会で盛り上がる♥　ヒマな年末年始のネタにも！

人気は動物とキャラクター♥

血行促進　いまや炭酸美容が日常化!!

血行が促進され新陳代謝がアップすることで全身にいろんな効果が期待できる炭酸美容★　姉世代は何かしら1つをやってることが判明！

1位 251票　炭酸パック

オクシェルやメディプローラーCO2ジェルマスク、フレッシェルが人気。肌のトーンも上がってすべすべもっちり！

2位 228票　炭酸ミスト

プロージョンの置き型炭酸ミストが代表格♪　化粧水の浸透を高めたり、リフトアップにつながるよ♡

3位 184票　炭酸入浴剤

人気はきき湯シリーズやバブ★　血流アップで冷え性改善、老廃物が除去され肌のくすみや毛穴汚れをオフ♡

デトックス

ジュースクレンズで体内をリセット❤

海外セレブやローラがやってることで話題のジュースクレンズ😊 エルカフェやサンシャインジュースなど日本でも続々とオープン✧

人気はサンシャインジュース❤

胃が休まってスッキリする♪
サンシャインジュースをほぼ毎朝と会食のない夜に♪　体の中が超スッキリしてキレイになるのを感じる😊


金本かすみさん

スムージーと併用して体内環境をキレイに
渋谷ヒカリエのコスメキッチン ジューサリーやサンシャインジュースによく行くよ♪　むくみにくくなった♥


木村美和子先生

栄養を摂りながらプチ断食 体調や肌の調子もアップ！



リフトアップ

今年も手放せません!! リファ様でコロコロ❤

姉agehaで幾度となく紹介してきたリファのコロコロ★　2015年もお姉さんたちの右腕として大活躍しました✧　リファ人気はまだまだ続く！



注目はリファエスカラット✧
リファカラットは大きいので顔よりも全身用という意見。そんなお姉さんが狙うのはスリムな顔用。目元やほうれい線にフィット！／編集部私物



人気は全身使えるリファカラット★
微弱な電流を発生させるマイクロカレント機能で肌表面をトリートメント。ぼやけた輪郭や全身を引き締め！／編集部私物

美容食

スーパーフードの力に頼る❤ 人気はアサイーとココナッツオイル

昨年までのグリーンスムージーから、流行はスーパーフードへ移行✧　特に多かったのがこのふたつ。みんなの日常食として定番化の兆し✧



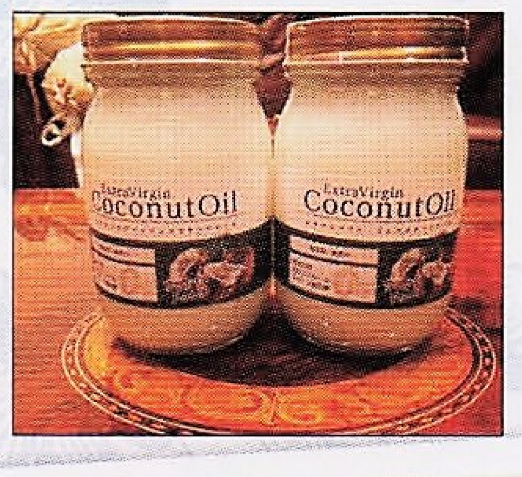



スーパーでアサイードリンクやアサイーボウルをまとめ買いしてる。毎日食べてるよ♪（まなか）



お菓子の代わりにアサイードリンク。ドリンクは手軽に摂取できるのが◎。よくナチュラルローソンで買うよ♥（愛莉奈）

自炊料理に摂り入れてます♥ オリーブオイルの代わりに天ぷらや炒め物など何でもイン。軽い風味が好み♪（RIRI）




バター代わりにパンに塗ったり、カフェラテに入れたりするのが定番😊（MERI）

美容ドリンク

お水も飲むけど最近は 水素水かノンカフェイン!!

同じ分量の水分を摂るなら、体にやさしいものやアンチエイジングを期待できるものがうれしい♪ そんなお姉さんたちの間ではノンカフェインや水素水が流行中！

ノンカフェインドリンクの人気はコレ❤

クマやくすみを改善し、質のいい眠りにつけるメリットが😊　結果、美肌につながる✧

緑茶
カフェイン入りを飲んでも水分補給にならないし、体内をキレイにできないってジムで聞いてからよく飲んでる♪



菜採 梓さん

ルイボスティー
紅茶感覚でノンカフェインの中でも気軽に手に入れられるのが便利★　毎日のお茶代わりに飲んでるよ♥



西澤友希さん

麦茶
睡眠の質は美肌につながるし、規則正しい生活することがアンチエイジングの基本！　最近はカフェインゼロの麦茶♥



桜井莉菜

午後ティーミルク
カロリーが気になって避けてたけど、カフェインゼロ＆カロリーオフが出た♪　コンビニで買えるのがうれしい♥



伊吹奈々さん

水素水の人気はコレ❤

腸内環境を整え老廃物を排出★　疲労回復や美肌、アンチエイジング効果が期待できる！

水素水サーバー
いつでも水素水を飲めるように、家に水素サーバーを置いてるよ★　市販のを買うよりサーバーのほうがお得♪



まなかさん

浸みわたる水素水
熊本県菊池渓谷で作られる水素水。最近箱買いして1日1本飲んでる♥　高濃度の水素水でアンチエイジングを期待！



RIRIさん



UVケア

1年中、24時間、日焼け止めで 紫外線からブロック❤

アンケート回答の中で1番多かった日常美容★　朝のスキンケアの流れで必ず顔に日焼け止めを塗るってお姉さんが約7割いました✧

あのときも!!

2015年7月号❤ 日焼けすると老化が加速!!

紫外線対策は季節関係なく実行中！
窓から降り注ぐ紫外線からも肌を守るため、朝起きたらすぐに日焼け止め♪　みんな薄づきでSPF30～50と効果の強いものを使用★

コルセット ¥29,250／Corrida Corset　その他／すべて編集部私物

クレンジング

ファンケル
マイルドクレンジングオイル
1位 269票

120ml ¥1,700／ファンケル化粧品

メイクに素早く溶け込み、こすらなくても落ちる✨ 毛穴汚れも一掃。「どのオイルよりもなめらかになじむ♪」（千沙都さん・28歳）

ソフティモ
スピーディクレンジングリキッド
2位 216票

230ml ¥570（編集部調べ）／コーセーコスメポート

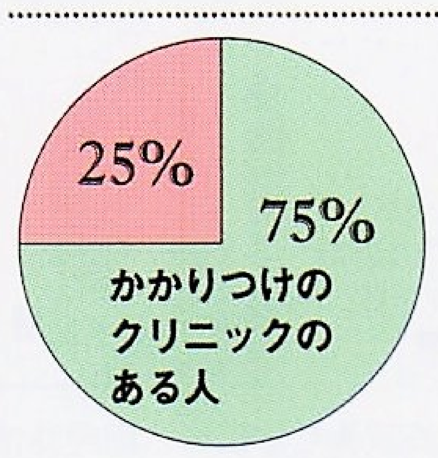
サラッとマイルドな使い心地はリキッドならでは♥ 「まつエクにやさしいので、3年くらいリピート中♪」（杏奈さん・30歳）

ビオレ
パーフェクトオイル
3位 159票

230ml（オープン価格）／花王（ビオレ）

おなじみ、手や肌が濡れていてもメイク落ち抜群のオイル。「ウォータープルーフのマスカラもするり😊」（千尋さん・32歳）

もしものときはかかりつけのMYクリニックに駆け込む！
はみ出しコラム♥



みんなお気に入りのクリニックがある！
サプリや美肌施術など、肌悩みを一気に解決できるからあると安心✨ 優花はYAGビューティクリニック、美咲と咲は池野クリニック★



洗顔



どろ豆乳石鹸
どろあわわ
1位 245票

110g ¥2,980／健康コーポレーション

メラニンを含む古い角質まできっちりオフ！洗顔しながら美白ケアの準備までできる★「くすみが減った♪」（夏希さん・27歳）

専科
パーフェクトホイップ
2位 216票

120g（オープン価格）／資生堂

コスメ大賞2年目ですでにランキング常連の兆し♥ 「キメ細かい濃密な泡で肌を包む感覚は、他では味わえない。」（彩さん・28歳）

ビオレ
スキンケア洗顔料モイスチャー
3位 95票

130g（オープン価格）／花王（ビオレ）

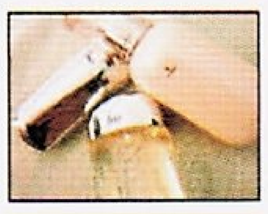
いつもの洗顔で肌のキメまで整う✨ しっとり感がアップ！「汚れをすっきりオフするのに、肌しっとり♥」（華さん・33歳）

スキンケアをライン使いするお姉さんが増加♥
はみ出しコラム♥

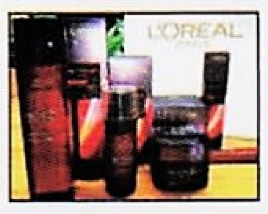
コンセプトが一貫しているため、各アイテム同士の相性がよく単品よりも相乗効果を期待できる★



RIRIさんはフランスのギノーを一式で★



奥山さんはスキンケアも化粧品もイプサ♪



西澤さんはロレアルパリのスキンケアライン。



伊吹さんはIPSのエッセンスとジェル★

乳液



とろり
吸いつくような手触りで潤いに満ちた肌を実感！

こっくり
乾燥肌にも素早くなじみベタつかない使用感が◎！

Present 47 3名

2位 138票

肌ラボ
極潤 ヒアルロン乳液
140ml(オープン価格)／ロート製薬株式会社

大きさの異なる3つのヒアルロン酸を配合。肌にのせた瞬間からふっくらもちもち♥ 「少量でもきっちりフタをしてくれる♪」(沙菜さん・30歳)

1位 165票

なめらか本舗
乳液 NA
150ml ¥900／常盤薬品工業

昨年2位からランクアップ。弾力と潤いの両方をゲットできるのが人気の理由✧「化粧水とセットで愛用してます♪」(葵さん・27歳)

こっくり
頼れる皮膚科処方のアイテムで乾燥・肌荒れを乗り越える✧

3位 115票

ビーソフテン
油性クリーム 0.3%
編集部私物

皮膚科処方クリームがランクイン。先発医薬品であるヒルドイドも同じく人気★ 「肌荒れしても安心して使える。」(多佳子さん・29歳)

※医薬品のため、病院で診察を受けて処方してもらいましょう

化粧水



Present 46 3名

とろみ
安いのに頼れる浸透率！翌朝までもっちり感が続く

さらさら
潤いを飲み干すような浸透感に感動するお姉さんが多数！

しっとり
肌が揺らいだときも毎日たっぷり使いたいときも！

1位 126票

オルビス
アクア フォース ローションM
180ml ¥1,496／オルビス

保湿成分を貯め込み、化粧水後の肌はまるで貯水タンク！ 角質層までひたひたに潤う♥ 「肌がふっくら♪」(いちかさん・34歳)

2位 87票

無印良品
化粧水・敏感肌用・高保湿タイプ
200ml ¥649／無印良品 池袋西武

デリケートな肌を乾燥から守る低刺激性の化粧水。昨年も上位。「年齢で変化した肌もピリピリしない」(サヤカさん・25歳)

3位 59票

なめらか本舗
しっとり化粧水 NA
200ml ¥900／常盤薬品工業

こっくり濃い使い心地は肌の弾力復活を実感。ふっくらもち肌に✧「潤うのにベタつかない使用感が好き😊」(カンナさん・27歳)

クリーム



3位 112票

Present 50 3名

HAKU
メラノクール ホワイトソリッド
医薬部外品
45g ¥10,000（編集部調べ）／資生堂

最先端のシミ予防研究から生まれたクリーム。冷蔵庫に冷やしておき、肌にのせた瞬間とろける感触はまさにごほうび♥ 「透明度がアップ✧」(美緒さん・34歳)

固め
保湿しながらシミ予防！美白ケアのベストアイテム✧

1位 173票

ニベア
ニベア クリーム
169g(オープン価格)／ニベア花王

ニベア人気は今年も続く✧ キメ細かい白い肌になれる♥ 「蒸しタオル美容やクレンジングなど使い方色々😊」(碧さん・26歳)

Present 49 5名

※プレゼントは限定デザイン缶(56g)になります

こっくり
安定のアンチエイジングの神！イキイキとした健康肌に♥

こってり
塗ってるときも塗ったあともリッチな気分になれる救世主✧

2位 122票

ドゥ・ラ・メール
クレーム ドゥ・ラ・メール
編集部私物

年齢肌も乾燥肌も、ひと塗りでキメ細かいもっちり肌に。「表面はサラッとしてるのに奥はふかふか。肌が安定する！」(郁子さん・35歳)

美容液



こってり
植物エキスが力を発揮し顔を見るたびに見違える✧

こっくり
しぼみがちな目元・口元がパン！と弾んで若々しい顔に😊

とろみ
縦横無尽にハリがみなぎり透明感のあるふっくら肌に！

Present 48 3名

1位 97票

POLA
サインズショット
20g ¥10,000／ポーラ

濃厚なクリーム美容液が表情から生まれるシワにピタッと密着。「小ジワが浅くなるだけで印象が全然違う✧」(日向子さん・30歳)

3位 58票

オラクル
パワー・モイスチャー
35ml ¥7,000／レクシア

18種類の植物成分を配合し、ピン！と持ち上がるようなハリを与えてくれる。「季節や年齢でゆらぎやすい肌が強くなった😊」(もあさん・28歳)

2位 74票

SK-II
R.N.A. パワー ラディカル ニュー エイジ エッセンス
30ml ¥12,500（編集部調べ）／マックス ファクター

ステムパワーエッセンスがリニューアル以上に進化し毛穴の目立たないハリツヤ肌に導く✧「内側から透き通る。」(恵さん・30歳)

シャンプー&コンディショナー

1位 183票 Present 52 3名
ラックス
ルミニーク ゴールドオイル シャイン シャンプー&トリートメント
各450g（オープン価格）／ユニリーバ
マカダミアナッツとアーモンドの天然植物オイル配合でしなやかに弾む髪へ★ 「ノンシリコンなのにきしまない♪」（成美さん・32歳）

2位 148票 Present 53 3名
パンテーン
エクストラ ダメージケア
シャンプー450ml・コンディショナー450g（オープン価格）／P&G
毎日のケアで枝毛、切れ毛を予防。ダメージの原因を取り除き、髪を根本から補修★ 「しっとりとまとまる😊」（真尋さん・31歳）

3位 108票 Present 00 1名
オレオドール
ボタニカル オイルリペア（ダメージリペア）
各500ml ¥900（編集部調べ）／コーセーコスメポート
アミノ酸と厳選アルガンオイルでもつれ、パサつきゼロ。「安室ちゃんのCMに惹かれて購入。暴れる毛先がまとまる！」（雪絵さん・32歳）

アイクリーム

1位 116票
SK-II
ステムパワー アイクリーム
15g ¥10,400（編集部調べ）／マックス ファクター
目の下、まぶた、目尻のハリを高め、若々しい印象に。「目元が生き返るよう✧」（優さん・30歳）

2位 96票
ランコム
ジェニフィック アドバンスト アイセラム ライトパール
20ml ¥8,500／ランコム
コロンとしたアプリケーターが心地よいマッサージを実現。「むくみ・たるみがなくなる！」（麻子さん・29歳）

3位 65票 Present 51 2名
DHC
薬用レチノA エッセンス
医薬部外品5g×3本 ¥3,600／DHC
コラーゲンの生成を促しやわらかな弾力とハリを生み出す★ 「即効性抜群！」（亜梨沙さん・28歳）

アウトバストリートメント

1位 106票 Present 55 1名
ロレアル パリ
エルセーヴ エクストラオーディナリー オイル ピュアセラム
100ml ¥2,200／ロレアル パリ
潤い効果のある花エキスを贅沢に配合。オイルなのにベタつかず、まとまりのあるツヤ髪に★ 「無香料なのも◎。」（渚さん・28歳）

2位 75票
ビタココ
エクストラ バージン ココナッツ オイル
編集部私物
美肌やダイエットに万能なココナッツオイル。ヘアケアとしての効果も抜群♥ 「半身浴中のパックでツヤ髪に。」（百花さん・28歳）

3位 61票 Present 56 3名
ラックス
スーパーリッチ シャイン ダメージリペア リッチ補修トリートメント
180g（オープン価格）／ユニリーバ
髪の傷んだ部分に外・内両面から密着補修。待たずに洗い流せるのも魅力的！ 「すぐすすいでも指通りなめらか😊」（七海さん・34歳）

まつげ美容液

1位 135票 Present 54 5名
スカルプD ボーテ
ピュアフリー アイラッシュ
6ml ¥1,602／アンファー
まつげにハリ・コシを与えながらも防腐剤、合成着色料など一切フリー♪ 「まつエクにも使えるので愛用中！」（葉月さん・27歳）

2位 102票
フローフシ
THE まつげ 美容液
5g ¥1,200／フローフシ
10月発売ですでにランクイン。まぶたに塗ると血行が促進され、強いまつげに。「目元のケアもできるし、実は眉毛にも◎。」（光さん・30歳）

3位 57票
アヴァンセ
ラッシュセラム N
10ml ¥1,500／アヴァンセ
人気まつげ美容液がパワーアップして復活♥ 保湿成分が増え生まれ変わるまつげを保護。「まつげが濃く、元気になった♪」（恵奈さん・34歳）

キープスプレー

1位 275票 Present 59 5名
ケープ
スーパーハード
無香料180g（オープン価格）／花王（ケープ）
長時間、外出するときや雨の日のヘアセットに抜群のキープ力★ 「スタイル全体を守ってくれる感覚。何年も愛用中。」（あいくさん・33歳）

2位 259票 Present 60 5名
VO5
スーパーキープ エクストラハード
無香料330g ¥980／サンスター
固まりすぎないのに崩れず、白くなりにくいと3拍子そろった優秀スプレー✧ 「大容量なのもうれしいポイント😊」（百合子さん・29歳）

3位 216票 Present 61 5名
ケープ
3D エクストラキープ
無香料180g（オープン価格）／花王（ケープ）
ケープの中で1番のキープ力！ ふわっとした立体感や動きを1日中崩さない😊 「ふんわりゆる巻きがヘタらない♥」（ゆずさん・29歳）

リップケア

1位 146票 Present 57 2名
DHC
薬用リップクリーム
1.5g ¥700／DHC
オリーブバージンオイルやビタミンEなどを配合。「唇がずっとみずみずしい。」（咲月さん・25歳）

2位 123票
ディオールアディクト
リップマキシマイザー 001
編集部私物
リップケアとしても高評価。「保湿力が高く薬用リップ代わりに。唇のボリュームがアップ♥」（理緒さん・28歳）

3位 94票 Present 58 3名
ヴァセリン
オリジナルピュアスキンジェリー
40g（オープン価格）／ユニリーバ・ジャパン
リップのみならず手足に全身、赤ちゃんからオトナまで使える保湿の神✧ 「毎年欠かせない逸品♪」（新菜さん・26歳）

シートマスク

1位 138票 Present 62 3名
ルルルン
フェイスマスク ルルルン4S
42枚入り（エッセンス480ml）¥1,500／グライド・エンタープライズ
化粧水約4本分の美容液入り。ふわふわのマスクはどんな顔型にもぴったりフィット。「毎日気兼ねなく使える😊」（詩織さん・26歳）

2位 115票 Present 63 10名
※掲載2種にザクロ、ティーツリー、レモンの5枚セットで
ミシャ
ピュア ソース シートマスク
各種
各21ml ¥209／ミシャジャパン
高濃縮美容液が約1本分。もっちり赤ちゃん肌に♪ 「あまった美容液は首やデコルテにのばしてしっかりケア★」（亜子さん・30歳）

3位 80票
SK-II
フェイシャル トリートメント マスク
1枚 ¥1,700／マックス ファクター
美容液成分が蒸発せず、肌にしっかりとしみ込む作り。ごほうびマスクとして人気！ 「肌が格段に明るくなる😊」（アンリさん・31歳）

角質ケア

1位 136票
クレンジングリサーチ
ウォッシュクレンジング
120g ¥1,000／BCL
毎日使うことで角質ケアにつながる洗顔フォーム。「肌のザラつき、くすみがなくなり、洗い上がりさっぱり♪」（麻衣さん・29歳）

2位 109票 Present 64 10名
Cure
ナチュラルアクアジェル Cure
250g ¥2,500／Cure
古くなった角質のみに反応しやさしくオフ★ 使用後の化粧水がぐんぐん吸い込む😊 「肌の透明度がアップ。」（樹里さん・30歳）

3位 86票 Present 65 3名
ラッシュ
フェイス&ボディスクラブ パワーマスク
125g ¥908／ラッシュ・ジャパン
汚れをしっかり落とし、透明感を引き出す。爽やかなミントの香り。「ざらつきが気になる二の腕やひざにも◎。」（いずみさん・26歳）



美容フード&ドリンク

グリーンスムージーやココナッツオイルが定番化
今後もヘルシー志向は続く模様♪
2016年に流行るものをチェックしよう！

TOPIC 2

スムージーよりもカンタン!? 手作りするならデトックスウォーター♥

ミランダ・カーが毎朝飲んでると噂の美容ドリンク。水にフルーツや野菜を入れるだけというお手軽さ！　効果や作り方をチェック😊

酵素ドリンクより飲みやすくて好き♥

私もやってる!!

TVで森 星さんが紹介したのをきっかけにスタート★　レシピは適当にレモンやリンゴ、オレンジなど。手軽さがいい！

菜採 梓さん

水分をたくさん補給できるのがポイント

私もやってる!!

砂糖を入れなくても素材の甘みを十分感じるし、成城石井のフルーツミックスを使えばもっとラク😊 見た目もかわいい♥

金本かすみさん



主な作り方♥

水750ml〜1ℓに食材を入れ、冷蔵庫で2〜4時間冷やすだけ！　美白にはイチゴ＋オレンジ、便秘解消にはリンゴ＋シナモンなど、効果にあった食材を。炭酸水に代えると飲みやすさもアップ😊

自家製のフルーツ酢もオススメ

お酢に含まれるクエン酸やアミノ酸は美肌に冷え性改善、ダイエットに効果的♪　フルーツから溶け出す栄養素も一緒に摂取できる😊

主な作り方♥

フルーツ、お酢、氷砂糖を1:1:1の割合で用意し、氷砂糖、フルーツ、お酢の順番に保存瓶にイン。大さじ1〜2杯を水や炭酸水で割って飲むもよし、フルーツを取り出してヨーグルトに混ぜてもOK♥



TOPIC 1

＼もっと詳しく!!／

2016年注目のスーパーフード♥

アサイーやココナッツオイル以外にも、まだまだたくさんあるんです✧
お姉さんたちが普段から摂り入れてるスーパーフードをご紹介！

アーモンドミルク

私もやってる♥

ビタミンEや食物繊維が豊富で抗酸化力は抜群！　牛乳や豆乳に比べて低カロリーなのもうれしい。「美肌やアンチエイジングに。グリコのコーヒー味は飲みやすくてお気に入り😊」（咲）

真優川咲さん



マキベリー

私もやってる♥

次世代フルーツとも呼ばれ、高い栄養価で話題のアサイーを上回るスーパーフルーツ。ポリフェノールはアサイーの約5倍✧「F.L.Sのマキベリープラセンタで摂取！」（優花）

小原優花さん



注目アイテムはコレ!!

マキベリーのほかツバメの巣も入った粉末タイプの酵素ドリンク★　水や炭酸水、牛乳で割って飲み、体の中からキレイをサポート😊

1カ月分30包入り。クレンジング酵素0¥7,800／Girls Cosme

チアシード

私もやってる♥

食物繊維やミネラル、体脂肪を落ちやすくしてくれるオメガ3が豊富★　水を含むと膨張するので腹持ちがよく、ダイエットに最適✧「スムージーやグラノーラに入れてる😊」（かすみ）

金本かすみさん



キヌア

私もやってる♥

NASAが注目するスーパーフード。栄養価が高くグルテン＆アレルギーフリーなのが◎。ホルモンバランスの乱れに効果あり。「コストコのキヌアサラダを小分けにして冷凍保存♪」（あい）

大城あいさん



ウィートグラス

私もやってる♥

地球上で最もデトックス効果が高いといわれる小麦若葉。70%がクロロフィルでできていて、毒素排出に効果抜群。「ナチュラルヘルシースタンダードは程よい甘さで飲みやすい。」（美和子）

木村美和子さん



TOPIC 3

日本だって負けてない!! 白米よりも玄米派♥が増加中!!

海外のスーパーフードが話題だけど、私たちの身近なところにもあるんです✧　玄米だってスーパーフード♥

イオンの二十穀ミックス★

ダイエットを考えて、最近おうちご飯を玄米にしたよ♪　白米に混ぜて炊くだけだし、20種類も入って栄養満点！（沙世）



いつでも食べられるように冷凍保存✧

ファストザイム米は甘みがおいしい！ 玄米100%を圧力鍋で炊いて、食べきれない分は冷凍保存してるよ😊（かすみ）



白米に混ぜて食べてる♪

よく買うのはふっくら白五穀や香ばし十五穀。白米3：玄米1の割合で炊いて、日々の食事に取り入れてる。（まなか）



クリニック施術部門

自力で努力しても足りない部分は、上手に技術に頼ろう♪　2015年は美肌や美白施術に人気が集中😊

3位 72票 ビタミン点滴

高濃度ビタミンCを静脈に注入することで血中のビタミン濃度を高め、美肌や疲労回復に効果を発揮✧

人気の理由♥

1. 即効性があり、成分のカスタムも可♪
2. 抗酸化作用のおかげで老化防止に最適★
3. メラニン生成を抑えるのでシミ予防としても◎

施術の様子♥



先生との診察やカウンセリングのあと、ベッドに横になって点滴or注射がスタート😺　30分くらいかけてエキスを注入！ うっかり日焼けをしたあとも、南国旅行前の対策としても◎。

施術DATA

♥治療時間／30分〜1時間　♥腫れや赤み／点滴部位に少し出る可能性があるが、数日で消える　♥痛み／一瞬チクッとするが、点滴中は痛みなし　♥麻酔／必要なし　♥入浴やシャワー／当日から可能　♥他の施術との併用／プラセンタ、ニンニク注射などとの併用が効果的

2位 95票 レーザートーニング

微弱なパワーを均一に調整したレーザーを当てることで、シミや肝斑の原因となるメラニンを減らしていくよ♪

人気の理由♥

1. シミや肝斑だけじゃなく毛穴やくすみにも効く
2. コラーゲンの生成を促すため透明感のある肌に
3. 料金が比較的安く1回約7,000〜12,000円

施術の様子♥



先生との診察やカウンセリングのあと、全体にレーザーを照射。パチパチッと軽い音がするけど、痛みは耐えられるレベル✧　ほてった肌をクールダウンさせたら施術は終了！

施術DATA

♥治療時間／約30分　♥腫れや赤み／施術後に軽く赤みがあるが、数時間で落ち着く　♥痛み／レーザー照射中はチクチクする痛み、施術後はヒリヒリする可能性あり　♥麻酔／必要なし　♥メイクや入浴／当日から可能

1位 131票 フォトフェイシャル

肌に優しい光を当てることで肌のターンオーバーを促し、美肌へ導く★　肌トラブルが改善しハリや美白を実感！

人気の理由♥

1. 肌のターンオーバーが高まり、シミに効果あり
2. コラーゲンの生成を促すため、潤い美肌に♥
3. シワやたるみにも効果があり肌悩みに万能✧

施術の様子♥



カウンセリング後、しっかりメイクを落としたら顔全体にジェルをオン♪　レーザーを顔に照射して10分くらいで終了★ 乾燥を防ぐために、イオン導入も一緒に行うのがオススメ✧

施術DATA

♥治療時間／30〜45分　♥腫れや赤み／施術後に軽く赤みがあるが、数時間で落ち着く　♥痛み／照射中にチクチクする痛み、施術後はヒリヒリする可能性あり　♥麻酔／必要なし　♥メイクや入浴／当日から可能

sugar&Jewels

—— シュガー＆ジュエルズ

vol.3



ブラックレースペプラムが品格を上げる。ウエストリボンでCUTEさも兼ねる欲張りドレス♥ ￥6,463/Jewels

vol.2



人気の2WAYドレス。ファーを外してシンプルに着回せます♥チュール入りスカートがガーリー ￥20,800/sugar



vol.1

優秀４WAYドレス×ツイードオフショルフレア

取り外し可能ペプラム♥ストレッチの効いたベロア生地が高級感を演出
￥22,800/sugar

Christmas レディに盛れる赤ドレスの法則♥

model.杉山佳那恵 camera.花岡直行 hairmake.三石安里

新年に向けて総ざらい！
お姉さんがハマっていること全方位!!

お姉さん17人の My BOOM 114連発！ どーん

2016年は コレが流行る …かも!?

ファッションも美容もクリニックも、世間の流行だけじゃなく、自分に合ったものを探して取り入れるのが得意なお姉さん★　そんな姉モデル達のマイブームを徹底リサーチ！

PHOTO_Nobuyuki Sasaki
HAIR_Emiko Matsumae[yuuka,sayo, saki kagami,keiko,saki mayukawa, marie,midori],Yuko Nozaki[rina,kanae, meri,manaka,miwako,riri,ai,rinka], Anri Mitsuishi[sayaka,yu-ka]
STYLING_Kaori Nara
EDIT&TEXT_Akiyo Nishino

※クレジットのない商品はモデル私物です。



ヘアバンド￥1,800／Grandedge 渋谷109店　ニット￥6,900／Delyle NOIR 渋谷109店　サンダル￥8,990（3月発売予定、デザイン変更あり）／RESEXXY 渋谷109店

大好きな美容の流行はリサーチ＆研究をおこたりません♥

専属モデル（25歳／東京都）独身・子供なし

小原優花の My BOOM 8コ

2015年は姉agehaデビューにアパレルブランド立ち上げと、本当に怒濤でした！　2016年はもっと働いて（笑）、モデルとしても成長したいな★

ゆんころの ゆく年くる年

A1.エルメスのバーキンで190万円くらい。 A2.仕事が忙しくて海外に行けなかったから、合間で行った宮古島✧ A3.起業したこと！ A4.①オープンしたアパレルブランドを多くの人に知ってもらう！　②英語を話せるようになる！　③体を鍛え上げる✧ A5.ayuのカウントダウンライブに行きたい♥ 元旦は海外かな？ A6.おぞうに♪ A7.ヨーロッパを巡る★

YUUKA'S BOOM 1 炭酸パック洗顔でくすみ知らず♥

自分でプロデュースした「リッチムースクレンジングホイップ」は洗顔と炭酸パックが一緒にできるスグレモノ！



炭酸効果で血行が促進されてくすみもオフ♥

YUUKA'S BOOM 2 ayuとオソロ♥ ジョーマローンの香り

ayuが楽屋でジョーマローンのキャンドルを使ってるらしく、知人が誕生日のプレゼントにくれたのがきっかけ★

ベリーやプラムがMIXされたポメグラネート ノアールと洋なしとお花が香るイングリッシュ ペアー＆フリージアを気分で使い分け★



YUUKA'S BOOM 3 大人FACEになれるマットな赤リップ

グロスでテカテカにするのは古く感じるようになって、マットリップにチェンジ。ダークレッドが大人っぽくていい感じ！



RMKのイレジスティブルグローリップス のディープレッドを愛用。

HOW TO



1 下唇をややオーバーめにふちどる。濃い色は絶対リップブラシを使う！　仕上がりが違う✧

2 上唇は自分のライン通りに描いて内側を埋める。にじみやすい口角は特に丁寧にやるよ。



リップに合わせてまゆも暗めにしてバランスよく！

YUUKA'S BOOM 4 アボカドエキス入りの美白スクラブ

お世話になってるエステサロン「ヒーリングオアシス」で買った美白スクラブ。くすみが消えて肌が明るくなる



アボカドの保湿成分で使用後はしっとり♪

YUUKA'S BOOM 5 ボヘミアンアクセでちょい70's

ボヘミアンテイストでボリューミーなネックレスに注目中。シンプルなトップスに合わせるだけでおしゃれに見える★



コレはH&Mで1000円くらいと激安だったの♥

YUUKA'S BOOM 6 女優気分になれるオーバーサイズのアウター

今年はオーバーサイズのアウターばっかり買ってる。ウエストをしばるタイプならスタイルもよく見えるよ！



コートはsnidel、ブーツはスタッカート、ハットは海外で。オーバーサイズでも女性らしく見えるようにハットやパンプスをプラスします♥

ウエストリボンの位置を高めにして脚長に！

YUUKA'S BOOM 7 YAG BEAUTY CLINICのレーザー



YAG BEAUTY CLINIC 渋谷院　㊟東京都渋谷区渋谷1-24-15 ヒラゼン宮益ビル8F　☎0120-915-959　㊢：10：00〜20：00　㊡不定休　HP：www.yag-beauty.jp

お肌の相談をしに週1で通ってます♥　レーザートーニングするとくすみオフ＆毛穴が引きしまってめっちゃ美肌になれる！

YUUKA'S BOOM 8 コスメ風のバッテリーチャージャー♥

普通のじゃ味気ないから、見た目重視で集めてる♪　コスメ風のものは海外のお土産やネット通販でゲット★



バッグの中にいつも入れてスマホを充電

【ゆく年くる年Q&A】 Q1.2015年、一番高い買い物は？　Q2.2015年、一番楽しかったことは？　Q3.2015年、自分に起こった一番大きい変化は？　Q4.2016年の抱負を3つ教えて！　Q5.年末年始の予定は？　Q6.お正月に食べるものといえば？　Q7.もしお年玉で100万円もらったら何に使う？

専属モデル（30歳／東京都）独身・子供なし

荒木さやかの My BOOM 9コ

月1海外が定番になり、もはや日本がアウェイに感じるこの頃（笑）。仕事と遊びでパンパンだけど、来年はピアノを習おうかと画策中。



SAYAKA'S BOOM 1 冬は色を控えてシンプル化！

この冬はベーシックカラーに落ち着きたい気分。トレンドのロングアウターは暗い色だと沈むから、アイボリーで軽やかに★

ゆるっと感がかわいいチェスターコートはEMODAのELDER、デニムはベルシュカ。コートを目立たせたいからインコーデはシンプルに。

足首で肌見せしてもっさり見えるのを防ぐ！



SAYAKA'S BOOM 2 腕時計だけはハイブランドをチョイス

コーデはシンプルになったけど腕時計はこだわりたい♥ 最近はフランクミューラーとHUBLOTが出番多め♪

きちんと系にもデニムにも相性いいのが好き



SAYAKA'S BOOM 3 洗顔後はノニオイルのみ！

コレ、本当は出したくないくらい優秀✧ 化粧水もクリームもナシで、冬場もノニオイルだけでしっかり潤う♥

ワンプッシュを手で温めて肌に押し込むように




SAYAKA'S BOOM 4 レンズがフラットなメンズ風サングラス

コーデがラフになった影響で、フチが細くてメンズっぽいサングラスが最近の好み♪ 海外で買うことが多いかな。

レンズがブラウンのと一番下のグレーのはディオール、黒フチのはオリバーピープルで。顔の中で主張しすぎないのがポイント！



SAYAKA'S BOOM 5 金髪をいたわるシャンプー&オイル

海外生活&金髪のおかげで髪は常に乾燥気味。DPAのシャンプーは泡立ちがよくて、ツヤとハリがよみがえる！

スペインで買ったヘアオイルはブロー前にオン



SAYAKA'S BOOM 6 ロイ点滴クリニックのビタミン点滴

日本に帰ってきたときはここで美容点滴♥ 高濃度ビタミンC点滴は美白やアンチエイジング、疲労回復に効果アリ！

ロイ点滴クリニック ㊟東京都渋谷区神宮前5-6-5 Path OMOTESANDO B1-B1F ☎03-6805-1688 ㊖11:00～22:00（平日）、11:00～21:00（土日祝） ㊡火曜 HP：www.roy-clinic.com



SAYAKA'S BOOM 7 音楽アプリは「sound cloud」！

誰でも曲をアップロードできて、ダウンロードもOK。自分の好みでプレイリストも作れるし、いつもコレで聞いてる★

スマホで聞いて移動中や撮影待ちのお供に

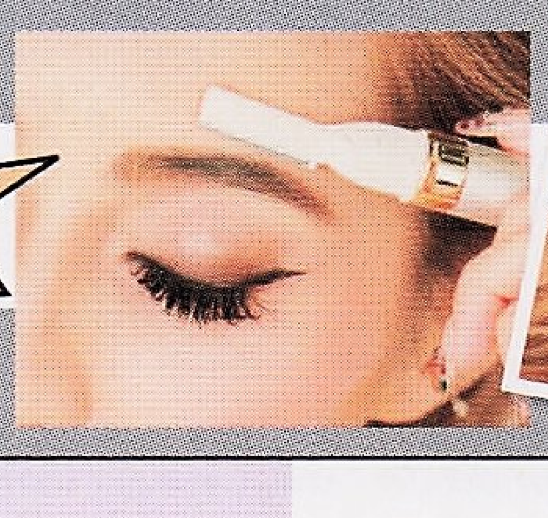



SAYAKA'S BOOM 8 セルフアレンジは無造作おだんご★

ダウンスタイルだと毛先のパサつきが気になるから、サッとできるおだんごが定番★ ヘタウマに作ってラフに見せてるよ。

耳の下で一つ結びにして、折り返しだんごを作る。残った毛先をゴムに巻き付けてピン留めし、毛束を無造作に引き出したら完成！

きちんと作ると野暮ったいから適当さが大事！




SAYAKA'S BOOM 9 太まゆから中太まゆにマイナーチェンジ

ずーっと太まゆだったけど、最近は上側をちょっと減らして中太に。まゆ山はストレートっぽく😊

ダークめのパウダーでナチュラルに作るよ★

自分の形に合わせて、上側だけ少し剃る！



身軽に生きていけるように生活がどんどんシンプル化

さやかの ゆく年くる年

A1.買い物じゃないけど、イビザで借りた部屋！ A2.もちろんイビザライフ♥ 今年は3回行ってきた😊 A3.もう体力がもたなくなった…。A4.①病気しない！ 健康第一！ ②本気で彼氏を作る！ ③酒を減らしたい… A5.ベガスに行く予定だけどテロ怖い（涙） A6.日本にいないしおせち嫌いだから…ピザとか？ A7.どうやって倍にするか考える(笑)！

ニット¥8,900／SHAG ADELIC 渋谷109店 イヤリング¥1,800／Grandedge渋谷109店



年齢にしばられずいつまでも派手かわいくいくよ♥

ドルマンファー付フードビジュー カーディガン¥13,800／DaTuRa 渋谷109店

専属モデル（32歳／東京都）独身・子供なし

桜井莉菜の My BOOM 9コ

春に行ったハワイ撮影のためにダイエットしたけど、最近はサボり気味…。運動嫌いだから、また手軽にできるダイエット探し中!

RINA'S BOOM 1 スキンケアは結局プチプラに回帰





お高めのスキンケアも使ってみたけど、やっぱり私の肌にはプチプラが合う（笑）。スキンケアは極潤で完了★

RINA'S BOOM 3 キウイを1日3コ爆食い!

最近まで食わず嫌いだったけど、食べてみたらめっちゃうまいやーん!ってなって、本当に毎日食べてる!



美白にもいいと聞いてますます爆食いしてる♥

RINA'S BOOM 2 コリラックマが愛しすぎる♥

昔っからリラックマじゃなくてコリラックマ派なの♥　ぬいぐるみとかお皿とかペンとか、色々集めてるよ♪



ゆる～い表情と手触りが毎日の癒し♥

莉菜のゆく年くる年

A1.ダーリンにプレゼントしたおさいふ。6万円くらい。A2.サプライズでバースデーパーティしてもらったコト★ A3.大人になったせいか、人に優しくなった（笑）。A4.①モデルとして新しいことを始める!　②500玉貯金をいっぱいにする♥　③結婚する♥　A5.ダーリンとお家でのんびり♥　A6.おせち好きじゃないから特になし!　A7.貯金!　意外と堅実でしょ★

RINA'S BOOM 4 ボリューミーなパールアクセを重ねづけ

白い服が好きだからアクセはもっぱらパール。がっつり目立つデザインが好きで、毎日どこかにつけてる★





コレもダチュラ。大きめピアスは小顔に見えるし、色違いで持ってる!

ストーン×パールで一気に華やかになれる♥　ダチュラで一目ぼれ!

ルイエンのリングは立体的なデザインが好き。リングが細いのも◎!

パールは上品&ハデになれるからやめられない★

RINA'S BOOM 6 ボディクリームは香りで選ぶ



香水はつけないから莉菜の香りといえばコレ

クロエのボディクリームは彼にもホメられる香り♥　ボディクリームは機能よりも香りで選んで気分を上げる!

RINA'S BOOM 5 今さらながらウノ!

しばらく大貧民ブームがきてたけど今は毎日ウノ!　罰ゲーム決めてやるとリアルにハラハラして楽しい♪



罰ゲームがあると本気になるから盛り上がる

RINA'S BOOM 7 白もいいけど冬パステルがツボ♥

1年中白コーデが好きなんだけど、最近はパステルLOVE!　小物やインの服を白にしてスッキリ大人っぽく。



パステルコートはSWELLS、ニットワンピ、パンプスはダチュラ。ゆるシルエのアウターを着るときはミニボトムで足元を華奢に見せる★

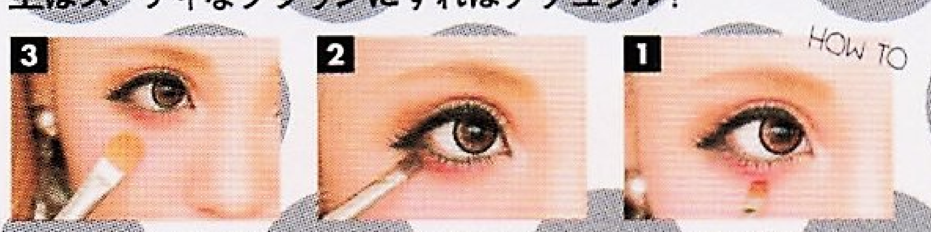
カラーアウターには白小物で統一して甘さオフ

RINA'S BOOM 9 赤シャドーでうさぎ目メイク



赤シャドウを下まぶたに細く入れるとエロ顔になれる♥
上はヌーディなブラウンにすればナチュラル!

HOW TO



1 NYXのプライマルカラーズ07を黒目下にオン。左右にブラシでボカす。

2 目尻にブラウンを重ねて引きしめる。目頭はヌーディなままキープする。

3 ピンクチークを目の下ギリギリにふわっと入れると顔の統一感がアップ。



下まぶたに入れれば普段使いOK!

RINA'S BOOM 8 瞬間で小顔になれる「ハリッチ」

知り合いにオススメされて美容ハリに行き始めたら、リフトアップ効果がすごい!　目のむくみも解消されるよ★



差したまま電流を流す。痛みはほとんどなし!



SHOP

レーザートーニング施術のクリニックも併設!　HARICCHI 銀座ビューティークリニック　㊟東京都中央区銀座1-5-14 銀座コスミオンビル 3-4F　☎03-5524-0589　㊔9:00～21:00　㊡不定休　HP：www.haricchi.jp

【ゆく年くる年Q&A】 Q1.2015年、一番高い買い物は？　Q2.2015年、一番楽しかったことは？　Q3.2015年、自分に起こった一番大きい変化は？　Q4.2016年の抱負を3つ教えて!　Q5.年末年始の予定は？　Q6.お正月に食べるものといえば？　Q7.もしお年玉で100万円もらったら何に使う？

専属モデル（32歳／東京都）独身・息子1人

早川沙世のMy BOOM 6コ



毎年何か変化を起こしたい！ 来年にも期待してね♥

2015年は子育てに慣れるのに必死だったな！ 最近はママとしての生活スタイルも固まってきたし、16年は仕事との両立を強化するつもり♪

ニット¥5,990／RESEXXY 渋谷109店 パンプス¥9,800／ESPERAZA ルミネエスト新宿店 ネックレス¥1,800／L.CHANCE 渋谷109店 ピアス¥2,500／DURAS

沙世のゆく年くる年

A1.快眠を追求したベッドとマットレス♥ 130万くらい。A2.息子が「ママー」と言い出したこと♪ A3.少しずつだけど、ママとして成長できたと思う。A4.①ダイエット続ける！ ②仕事に本格的に復帰！ ③子育てを楽しみながら頑張る！ A5.家族で沖縄！ 毎年恒例で行ってます♪ A6.おせち、おそば、おぞうに♥ A7.生活費！ もしくは家族でモルディブの水上コテージに泊まる★

専属モデル（30歳／東京都）独身・子供なし

杉山佳那恵のMy BOOM 8コ

コスメも食べ物も韓国がやっぱり好き😸 つい先日も韓国行ってコスメチェックしてきたよ♪ 家族とハワイに行くのも絶対実現させたい♥

KANAE'S BOOM 1 オイル＆クリームのW使いで潤いボディ

冬場の乾燥に悩んでたんだけど、オイルとボディクリームを重ね塗りするようにしたら保湿効果がケタ違いにUP♥





ジョンソンのベビーオイルはサラッと伸びがいいよ。クリームはヴィクシーのシークレットチャームを愛用♥

KANAE'S BOOM 2 スチーマーしながらクレンジング

パナソニックのナノケアをつけながらミルククレンジングするとお肌がツルツル✧ 乾燥も防げて一石二鳥♥



KANAE'S BOOM 3 靴コレクションが止まらない♥



最近、ますます服装がカジュアルになった影響で靴が大好きに。パンプス以外にも色々はいてる★



佳那恵のゆく年くる年

A1.ハワイで買ったエルメスの腕時計。30万円くらい。A2.姉agehaで出したハワイガイドの撮影！ 天国の海、最高だった♥ A3.何かと冷静になった。よく言えば大人になったかな。A4.① 姉agehaの表紙をやりたい♥ ②テレビのお仕事をもっと頑張る！ ③家族をハワイに連れて行く！ A5.実家でテレビ見ながらゴロゴロ〜♪ A6.カニ、お寿司、トック（韓国のおもち） A7.バカラで倍にする！



コスメもファッションも、ハマったらけっこう一途♥

ニットカーディガン¥9,500／POL（SHAGADELIC 渋谷109店） イヤリング¥1,200／L.CHANCE 渋谷109店

KANAE'S BOOM 6 ティーアイクリニックの光治療器で小顔

小顔効果のある「ダブロ」は、顔が全体的に引きしめられて輪郭がシャープに♥ 持続が長いのもうれしい♪

医療法人社団 一信会 ティーアイクリニック
㊟東京都港区北青山3-5-17 はる木ビル4F ☎0120-18-9270 ㊒11:00〜20:00 ㊡日曜 HP www.ticlinic.com



KANAE'S BOOM 4 ローソンのグリーンスムージーは1日1本

キウイ味でめちゃおいしい♪ 飲むとお通じがよくなるからローソン行ったら棚にあるだけ買い占めてる（笑）。



KANAE'S BOOM 7 アロマで1日の疲れを癒す♪

お部屋での時間を充実させたくて、アロマにハマリ中。Francfrancで買ったディフューザーで部屋中イイ香りに✧



KANAE'S BOOM 5 ハイブランドのリュック

人生初のブランドリュック！ レザーならカジュアルになりすぎないし、どんなコーデにも相性いい★



KANAE'S BOOM 8 豚肉好きすぎて豚足にハマる♥

お肉の中でも豚肉が一番好き！ よく行くのは豚しゃぶだけど、新大久保で豚足を買って家で食べたりもするよ♥



専属モデル(30歳/東京都)独身・子供なし

加賀美早紀のMy BOOM 7コ

30歳を過ぎて体型管理が本当に大変。夜はお風呂に浸かって、朝は温かい紅茶で体を目覚めさせたり、内面からもケアしてる★



殻をやぶって、もっと素の自分を見てもらいたい★

早紀の ゆく年くる年

A1.エルメスのバーキン、250万くらい★ A2.沖縄旅行と毎年恒例でやってる仲間たちとのBBQ! A3.ヤセにくくなった(涙)。30から体質変わる説は本当だった。A4.①髪を腰まで伸ばす! ②ピアノとバレエを習いたい★ ③シャイなところを直してグイグイいく! A5.海外でのんびりか、友達と福岡に行って屋台を巡る! A6.おもち、おせちのかまぼこ♥ A7.西麻布か青山に引っ越す!

モヘアカーディガン¥25,000/Nina mew ピアス¥1,900、ネックレス¥1,800/ともにDURAS

SAYO'S BOOM 1 美ママになれるパンツコーデ



子供といる日はもっぱらパンツ。産後太りで下半身が気になるからスタイルよく見えるコーデを研究中!

アウターはSea Room lynn、ニットはラブレス、パンツはジバンシイ、ブーツはZARA。パンツはレザーと切り替えのデザインがおしゃれ!

SAYO'S BOOM 2 家でも外でもフレグランスLOVE♥



ボディクリーム

どこでもイイ香りに包まれて生活したいから、アロマキャンドルとボディクリームは山のようにある(笑)。



キャンドル

右がディナデッカーのサンダルローズ、左がディオールのJ'adoreキャンドルセット。見た目のセンスも重要!

上からBATH&BROOMのタイジャスミンローション、ヴィクシーのボムシェル、クロエのボディクリーム。くどくなく、女性らしい香りが好み。

SAYO'S BOOM 3 ボブになったしハットをヘビロテ



カーキは小物で取り入れるとメンズっぽくならない

髪をばっさり切ってボブにしたら、色んなデザインのハットが似合うように。今日かぶってるのはTHE H.W.DOG&COのだよ✧

SAYO'S BOOM 4 パーソナルジムで産後ダイエット!



毎回、筋肉痛💧でも効いてるから楽しい!

産後太りを解消したくてジムに入会! トレーナーさんについてもらって、強化したい筋肉を集中的にトレーニング。

SAYO'S BOOM 6 子どもに安心なエコ洗剤でそうじ♥

子供が動き回るから最近は気合入れてそうじしてる。クエン酸とか重曹を使って、なるべく化学洗剤をオフ✧



クエン酸は水アカとかシンクの汚れに効果的♥

SAYO'S BOOM 5 友達とたこやきパーティ♪

BRUNOっていうメーカーのホットプレート機能もあるたこ焼き器。アヒージョとかホットケーキもできて楽しい!



ヴィジュアルもかわいいからテンションUP♪

SAKI'S BOOM 1 YSLのリップで印象チェンジ!

リップメイクで顔の印象って変わるんだ!って気づいて、色々試してる。チークの入れ方も変えるのがポイント★



ルージュ ボリュプテ シャイン21は普段使いしやすい明るめレッド。



レッドの日はななめチークにして大人っぽく

ピンクリップのときはチークを丸く入れて甘めに



YSL ルージュ ボリュプテ シャイン31はナチュラルななじみピンク。

SAKI'S BOOM 2 ティアドロップのサングラスが自分的復活!

昔から好きな形なんだけど、大人になった今こそ似合うようになった気がする。ジャケット合わせで男前に♥



メンズっぽく合わせるのがお気に入り!

SAKI'S BOOM 3 オーガニックのスキンケア

肌が敏感になってきて、スキンケアをオーガニックにチェンジ。ドゥーオーガニックは国産だからさらに安心♥

エクストラクト ローション リペアとスキンケアのエンリッチクリームが基本セット。使ううちに肌が強くなってきた!



SAKI'S BOOM 4 木製の食器でほっこり♥

自炊は割とする方だよ。カフェ風に見えるウッディな食器は1つあると便利。写真にしたときに格段におしゃれ!



普通のサラダもお店っぽく見えてGOOD

SAKI'S BOOM 5 熊本の「いきなり団子」



サツマイモ自体が好きだから本当においしい

熊本名物のいきなりだんごが好きで、送ってもらってる♪ サツマイモとあんこの優しい甘さが美味すぎる♥

SAKI'S BOOM 6 マッサージと骨盤矯正の二刀流!



強めなマッサージの方が効いてる気がする!

タイ古式マッサージの「ルワンタワン」と骨盤矯正の「美顔工房」でメンテナンス! イタキモな力加減がたまらん♥

SAKI'S BOOM 7 H&Mで作る大人シンプル

ファストファッションの中でもH&Mが好き! 私の好きなシンプル系が充実してて、安く見えないのがうれしい♪



ジャケットとストールはH&Mで、デニムはSLY、ブーツはプチプラで。柄ストールで目線を上げると脚長に見えてスタイルアップするよ★



じゃらじゃらブレスもH&Mで。シンプル服に合わせてアクセントに。

【ゆく年くる年Q&A】 Q1.2015年、一番高い買い物は? Q2.2015年、一番楽しかったことは? Q3.2015年、自分に起こった一番大きい変化は? Q4.2016年の抱負を3つ教えて! Q5.年末年始の予定は? Q6.お正月に食べるものといえば? Q7.もしお年玉で100万円もらったら何に使う?

主婦&TOKYONADESHIKOブロガー
(35歳／東京都)既婚・子供なし

MERIの My BOOM 7コ

スタッズとかロックとか、最近はちょい強めのスタイルが好き♥　でもプチプラで予算はおさえてるよ～!　やっぱり主婦だし節約大事✧



ハット¥12,800／SanDiego hat (SHAGADELIC 渋谷109店)　ニットカーディガン¥8,900／SHAGADELIC 渋谷109店

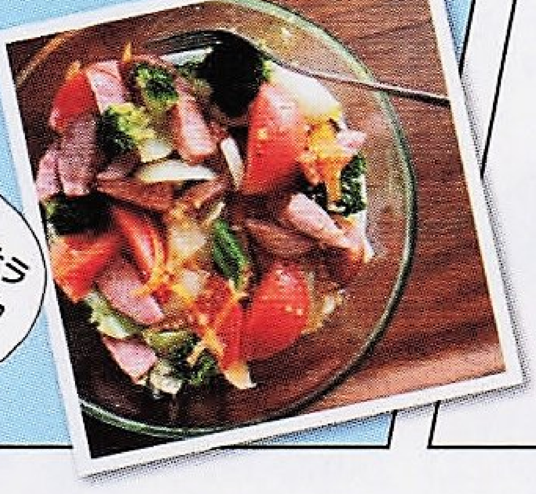
内面も外見もメス力を強化して2016年も肉食で♥

MERIの ゆく年くる年

A1.エレガンスのフェイスパウダーで1万円。節約してますから!　A2.マレーシア旅行。のんびりプールサイドでリフレッシュ★　A3.少しだけ体重増やした。1kgくらい。A4.①仕事の幅を広げる!　②家飲みの回数を減らす!　③健康第一で生きる!　A5.ドイツから親せきがくるからだんらんしたい♥　A6.カロリー気になるけど…おもち♥　A7.シャネルのプルミエールを買うっ!

MERI'S BOOM 1 温野菜サラダで体形管理

週末は外食することが多いから平日は山盛りサラダを主食に!　チキンやハムを入れてタンパク質も摂るよ♪



コンビニのサラダチキンも低カロリでおすすめ!

MERI'S BOOM 2 激辛「シラチャーソース」!

近所のスーパーで発見したコレ、めっちゃおいしい♥　マヨネーズに混ぜて野菜スティックにつけるとピリ辛になって絶品✧

激辛だからそのまま食べずに何かに混ぜてね★



KEIKO'S BOOM 3 流行アイテムはユニクロで



ポンチョ風に使えるストールは2,000円、パンツは5,000円、ハイネックはメンズので1,300円。プチプラを着るなら色を控えてシンプルに♪

昔はガーリーオンリーだった私も、すっかりユニクロファン♥　特にこの冬はニットやアウターが優秀!

KEIKO'S BOOM 1 ベージュチークでナチュ顔

この冬はカラーレスメイクが流行と聞いて、ベージュチークにトライ☺　ツヤと陰影がついてシックな雰囲気★



エスプリークのメルティフィックスチークのベージュ。ほお骨にそってポンポンつけてから指でボカすと自然な血色が作れる♥



骨格が強調され洗練された大人faceになれる

KEIKO'S BOOM 2 シンプル服に合うメタリック小物

ユニクロのベルトはデニムやフレアスカートに。

見た瞬間に買う!って決めたシャネル★



メタリック小物が引き続き好き!　コーデがシンプルになったから、ゴールドやシルバーの小物でアクセントをつけます♥

ちょっとくすんだ感じでギラつきすぎない★

KEIKO'S BOOM 4 ちびこ達にキャラ弁作り♪

最近、お弁当作りが楽しくなってきた♪　コレは始めて挑戦した仮面ライダーのキャラ弁。クックパッドを見て作ったよ♥



一番上のお兄ちゃんの遠足用に作ったよ♪

KEIKO'S BOOM 6 コーデに合わせてニット帽をプラス

子供と公園行くときやちょっとスーパー行くときはニット帽をオン。おしゃれ感も出るし、何よりラクちん♪

右はネット通販、左はForever21で。コーデに合わせやすいよう、モノトーンかグレーを買うことが多いかな。



KEIKO'S BOOM 5 ダシダがおいしい♥

韓国の調味料「ダシダ」を使うと味が決まる★　粉末だからスープや炒め物など何にでも使えて便利☺



牛肉エキスとにんにくの風味がおいしい!

KEIKO'S BOOM 8 おそろコーデでお出かけ

子供におそろコーデさせてお出かけ♥　男女いるからトップスだけになっちゃうけど、かわいい♪



すぐサイズ変わるから洋服は通販やユニクロで★

KEIKO'S BOOM 7 保湿のために「無洗」!



毎日5分でも湯船に浸かって温まると肌色が明るく!

湯船に浸かるだけでだいたいの汚れは落ちるので、乾燥を防ぐためにお風呂でボディソープを使うのは週に1、2回。

シンプルコーデのポイントにぴったり!

MERI'S BOOM 4 つい買っちゃうスタッズ小物

昔から好きだけど、最近また集めてる♪　やりすぎ感がなくて、上品に見えるデザインがアラサーにハマるよ☺



↓星スタッズがツボでコスメポーチにしてる。Francfrancで1,200円。

↑くつのSOKUSOKOで3,900円。エナメルが華やかで女っぽい♥

↑ショップリストで¥4,000。ヴィヴィッドなピンクで差し色に◎!

MERI'S BOOM 3 ブラックで作る大人ROCK



ニットは神戸レタス、レザー風スキニーはH&M、パンプスはSOKUSOKO、クラッチはFrancfrancでゲット。小物を盛ると安見えしない★

大人のロックスタイルはごちゃ盛りすると安っぽく見えるから、シンプルニットにメイクやアクセでパンチをオン★

MERI'S BOOM 5 女度が上がるツヤツヤストレート

アイロン→スプレー→アイロンの順で使うとツヤがUP



髪の毛がサラツヤだと若々しく見えるから、ストレートでツヤ重視!　オイルスプレーを使うとツルツル✧

ディアフルのオイルトリートメントを愛用

MERI'S BOOM 7 アロマが香るロウリュウサウナ★

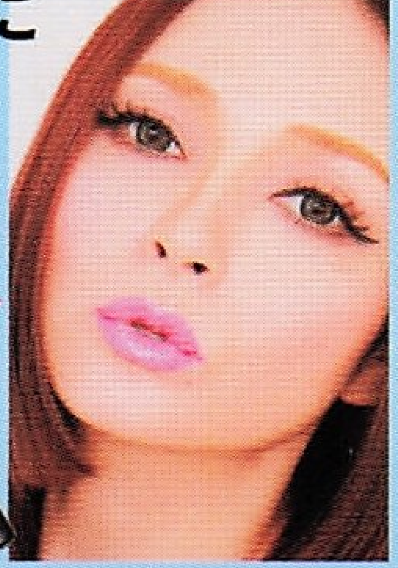


アロマ水が蒸発する蒸気でサウナ部屋を温める

フィンランド発祥のサウナで、アロマの香りがする水を熱した石にかけて温める仕組み✧　めっちゃ汗が噴き出すよ!

MERI'S BOOM 6 オーバーリップでふっくら唇に

アイラインの長さに合うようにリップをオーバーめにしてる。ラインがヨレないようにペンシルを使うのがマスト!





下唇はオーバーに、上はジャストにラインを

M・A・C リップペンシル キャンディ ヤム ヤムで縁取って、リップスティック スピードダイヤルをブラシで塗るよ。

ライター&TOKYONADESHIKOブロガー
(36歳／東京都) 既婚・妊娠9カ月

水野祐香の My BOOM 7コ

突然ですがもうすぐ赤ちゃんが産まれます♥　年末は出産でバタバタするけど、2016年はママ&モデル&ブロガーとしてパワーUPする!



不安もあるけど…ママになった自分も楽しみ!

ニット¥2,768
／神戸レタス

裕香の ゆく年くる年

A1.防犯のためにつけた柵かな?　9万円くらい!　A2.ハワイ!　生きてる間に一回やりたかったスカイダイビングが最高だった♥　A3.もちろん待望の妊娠♥　A4.①無事、健康なベビーを産むこと。②育児と仕事と家事の両立! ③産後クライシスにならずにメス力の高いママ&嫁になる!　A5.実家でのんびり♪　A6.ノッペ汁（新潟の定番料理）　A7.マイカー買う!

YUKA'S BOOM 1 老化にストップ! ドクターズコスメ

35歳を過ぎてスキンケアだけはいいものを使おう!と決めて、タカミクリニックでフルライン揃えた!



右からタカミスキンピール、イオレーゼAPSソリューション、タカミミルク。特にスキンピールは角質が落ちてツルツルに。

YUKA'S BOOM 2 オイル&セラミドで妊娠線ケア



←ヴェレダのマザーズ ボディ オイルはお肌にサラッとなじむ。

→オイルのあとにケアセラのボディバームでお肌にしっかりフタを!

妊娠線を出さないために保湿が重要!　オイルとセラミド成分入りのクリームをおふろ上がりに塗り込んで潤いチャージ。

YUKA'S BOOM 3 輪郭をボカしたエロリップ♥

石原さとみちゃんみたいなエロかわいいリップが理想♥　フチをボカしてジューシーな感じにメイクするよ!







←エスティローダーのアイディアル ライト イルミネーターで輪郭を消し、ヴィセ クリーミーリップスのPK801とDHCの透明グロスを。

コンシーラーで唇の輪郭をいったん消す!

YUKA'S BOOM 4 ふわもこヘッドタオルで速乾♪



すぽっとかぶる!

タオルドライ後はオイルをなじませて、ヘッドタオルをかぶってる♪　オイルが浸透してしっとりする✧。

モロッカンオイルを毛先中心になじませ、ジェラートピケのヘッドタオルをかぶって保湿しつつ乾燥!

YUKA'S BOOM 5 テーブルクロスは気分でチェンジ

最近はますます自炊にこっていて、料理に合わせてテーブルクロスをチェンジ♪　お店気分で食事できる★



写真にしたときにクロスがある方がおしゃれ★

YUKA'S BOOM 6 妊婦に優しいノンカフェインドリンク

妊娠中はカフェインを控えていて、コンビニで見つけては試してる。種類が増えてきてうれしい!



とうもろこし風味が香ばしくておいしい♪

YUKA'S BOOM 7 ペタンコでもスタイルよく



妊娠してからほぼ毎日ペタンコ靴だから、スタイルがよく見えるようにタテラインを強調したスタイリングを意識してる♪

フラットシューズはつま先が尖ってる方がスッキリ✧。ENVYMのロングカーデとほっそり効果のある黒レギパンでとにかく縦長に!



ピンクやキティちゃんを卒業しつつある自分に驚き!

ニット¥6,490（1月発売予定）／RE SEXXY 渋谷109店　ニットショートパンツ¥18,000／Nina mew　イヤリング¥1,300／L.CHANCE 渋谷109店

けいこの ゆく年くる年

A1.歯のホワイトニングで、4万円くらい。A2.家族で名古屋の動物園に行ったコト♪ A3.甘めを卒業してシンプル系が好きになった!　A4.①自分の特技、取り柄を1つ増やす!　②資格の勉強をする!　③髪をキレイに伸ばす✧。　A5.お正月も子供3人と公園かなぁ…旦那さんがいたらセールに行きたいな♪　A6.おぞうに、すき焼き♥　A7.マイホーム貯金✧。

専属モデル（31歳／滋賀県）既婚・息子1人娘・2人

けいこの My BOOM 8コ

毎日の家事&子育てに追われた1年だったけど、家族の大切さを実感✧。2016年は資格とか新しいコトにチャレンジしてみたい!

【ゆく年くる年Q&A】　Q1.2015年、一番高い買い物は?　Q2.2015年、一番楽しかったことは?　Q3.2015年、自分に起こった一番大きい変化は?　Q4.2016年の抱負を3つ教えて!　Q5.年末年始の予定は?　Q6.お正月に食べるものといえば?　Q7.もしお年玉で100万円もらったら何に使う?

ヨガインストラクター（29歳／東京都）独身・子供なし

真優川 咲の My BOOM 6コ

1年中、常に考えてるのは美容のコト★　最近は体質の変化を感じてきたから、2016年は年齢に合わせた美テクを探求しなきゃ！



体質の変化を感じて内面からの美にこだわるように☆

ニット¥5,900、ピアス¥1,990／ともにDaTuRa 渋谷109店　ヘアバンド¥1,800／Grandedge 渋谷109店

咲の ゆく年くる年

A1.ベッドとドレッサー。合わせて60〜70万くらいでした★　A2.たくさんあったけど、毎年恒例の石垣島旅行♪　A3.家族の大切さがより一層わかりました。A4.①留学したい！　②ラスベガスに行く！　③ヒップアップ＆腹筋を割る！　A5.実家で家族とまったりします♪　A6.手巻き寿司、おせち、カニ、ウニ！　北海道出身なので♥　A7.家族とパーっと旅行かな♪

SAKI'S BOOM 6 まゆメイクをじっくり丁寧に！

まゆげで顔が本当に変わる！　これまでの2倍の時間をかけてメイクするように（笑）★



ビボのペンシルで上ラインを描き足し、インテグレートのリキッドですき間を埋める。ルージーンのパウダーでまゆ頭は薄く、まゆ山は濃いめに。



1本1本描き足しながら自然な太まゆに☆

SAKI'S BOOM 5 華奢なダイヤ＆パールアクセ♥

女性っぽく見える華奢アクセが自分的に再ブーム。小顔に見えるのか、モテ度が違う気がする！



カルティエのラブネックレスは3連チャームとさりげなダイヤが上品☆

繊細なチェーンが手首をキレイに見せてくれるダイヤのブレスレット♥



プレゼントのピアスは揺れるパールがLOVE

SAKI'S BOOM 4 韓国コスメで美白・保湿・若返り！

神の果実と呼ばれてる「ノニ」成分入りのスキンケア。キメ細かくなって、美白効果もアリ！

新大久保で買った「ベリサム」のノニシリーズを愛用。シートパックしたあとに、化粧水、美容液、クリームをライン使いしてる★



SAKI'S BOOM 3 バスグッズはジョーマローン

香りが上品でリラックスできるから、バスオイルとボディソープはジョーマローンで統一♪

シャワーオイルはピオニー＆ブラッシュ スエード、バスオイルはライムバジル＆マンダリン。癒しの香りです♥



SAKI'S BOOM 2 ヤセ体質になれるマクロビごはん

寝る4時間前は固形物を食べずに胃を休ませる

体質を変えたくて食事をマクロビに。おやつ用に卵や砂糖を使わないクッキーを作ることも♪



SAKI'S BOOM 1 見た目かわいいジルのシャンプー

髪に香りが残るシャンプーが好きで、今はジルがお気に入り♥　ボトルもかわいくて◎★

ジルのリラックスシャンプーは女子っぽい香り♥



美容室経営＆Pink♡tinyアクセサリーデザイナー（27歳／東京都）既婚・子供なし

大城あいの My BOOM 5コ

姉agehaに出るようになって、みなさんがかわいすぎて…。とにかくダイエットに燃えた1年でした。来年も自分磨きサボりません♥



新年は姉agehaの新・ガーリー担当になりたいです♥

ニットワンピ¥6,990（1月発売予定）／RESEXXY 渋谷109店　ブレスレット¥1,200／L.CHANCE 渋谷109店

あいの ゆく年くる年

A1.シャネルの靴♥　15万円でした。A2.姉agehaの撮影！　本当に楽しかったです！　A3.姉agehaに出られるようになったこと♪　A4.①自分のブランド「pink♡tiny」をもっと多くの人に知ってもらう！　②お家か美容室のテナント購入！　③女磨き！　A5.31日は格闘技を見て、神社へお参りに。1日は実家。A6.おぞうに😋　A7.美容室で使うトリートメントの機材を買う♥

AI'S BOOM 1 ケイトスペードを大人買い！

かわいいのに値段が手頃なのでケイトスペード大好き♥　バッグを2つ買いしました！



腕時計は35,000円、黒いバッグは40,000円、トートは25,000円くらい。リボンモチーフが特に好き！

御殿場のアウトレットで出会ってホレました♥

AI'S BOOM 2 ドゥ・ラ・メールの実力に感激★

アラサーになってついにドゥ・ラ・メールデビュー！　使ってみたらすっぴん力がUP★



↑クレーム ドゥ・ラ・メールはスキンケアの仕上げになじませます。

→化粧水のあとにザ・ラディアント セラムをハンドプッシュして浸透させる！

AI'S BOOM 3 大人もイケるリボンのヘアアクセ

ガーリースタイルに合うリボンのヘアアクセをコレクション。シックな色が使いやすい☆



フェラガモのカチューシャはレディになれる

渋谷109や韓国に行ったときにかわいいものをまとめ買い！　リボンアクセも色が大人なら浮きません♥

AI'S BOOM 4 漢方で体内からむくみ防止！

朝起きてすぐと寝る前に5錠ずつ飲んでむくみに備えてる★　漢方なら体にも優しそう♪

薬局ですすめられた当帰芍薬散（とうきしゃくやくさん）は冷え性にも効果バツグン♥



AI'S BOOM 5 サンシャイン水族館がパワスポ

水族館が私にとってのパワースポット。サンシャインの水族館は年パスを買って月1で♥



1人でふらっと行ってお魚に癒されます♪

年パス！





あれ？って思ったらすぐケアして違和感を残さない★

まなかの
ゆく年くる年

A1.シャネルのヴィンテージミニポシェット。15万円くらい。A2.淀川の花火大会！ A3.エクステやめて地毛ロングに！ A4.①運動する！ ②貯金する！ ③社交的になる！ A5.お家でゆっくり友達と鍋して、初詣かな。A6.おぞうに＆おせち♪ A7.うーん、最近物欲がなくて…貯金する！

ロングカーディガン¥8,900、ハット¥5,900／ともにBARAK 渋谷109店

北新地バニラ勤務＆美容会社社長（29歳／大阪府）独身・子供なし

まなかの My BOOM 6コ

美容関係の仕事を本格化して、改めて美容の奥深さを実感✧ 2016年は知識をもっと増やして、みんなに情報を発信していきたい！



アウターはアーバンリサーチ、ニットはGALLARDA GALANTE、スカートはドゥーズィエム クラス。白と合わせるとカーキがまろやかに♥

カッコイイ系のコーデが最近好き。コーディガンはゆるっと着られるしこの冬出番多そう！

MANAKA'S BOOM 2 今年のアウターはコーディガン！

MANAKA'S BOOM 1 クラランスのバストコスメ

バストUPのためにお風呂後にマッサージ！ クラランスのバスト用乳液が超優秀♥



円を描くようにしながらレ ビュスト エパヌイッサンを塗り込む！

MANAKA'S BOOM 6 リップ用美顔器で唇ふっくら♪

唇のたてジワをなくしたくて、専用の美顔器を購入★ 段々とふっくらしてきたみたい！

リップの角質除去とマッサージが1台でできる



MANAKA'S BOOM 5 アクセ買うのはもっぱらミンネ

ハンドメイドのアクセに凝ってて、「ミンネ」というサイトでお買い物。大ぶりのが好み★



プチプラだしデザインもかわいいの！ 色違いで欲しい♥

MANAKA'S BOOM 4 アンチエイジング目薬

目が疲れると眠そうに見えちゃうから、目薬でケア。サンテボーティエは見た目も女子っぽい。

瞳のアンチエイジングができる目薬。健康成分配合で疲れ目や充血に。



MANAKA'S BOOM 3 頭皮用EMSで地肌を健康に

マッサージや毛穴洗浄も1台で完了♪



知り合いの美容師さんに仕入れてもらったEMS。頭皮ケアは顔のリフトアップにも◎！

ダンサー（26歳／東京都）独身・子供なし

RIRIの My BOOM 6コ

同棲中だから、自分磨きは家事とダンスの合間にやる感じ。おいしいものや好きなものは一度ハマるとずーっと続けちゃいます★

ニット¥5,900／Delyle NOIR 渋谷109店 ニットショートパンツ¥9,000／Nina mew ネックレス¥3,200／DaTuRa 渋谷109店



2016年も彼に愛されるかわいい自分でいたい♥

RIRIの
ゆく年くる年

A1.エルメスのピコタン ロック！ 40万くらいだった★ A2.ラスベガスのEDCというダンスミュージックのフェスに行ったこと♪ A3.ダンスしすぎて筋肉がついた（笑）。あとは顔がたるむように…（涙）。A4.①そろそろ結婚♥ ②英会話を習う！ ③美白になる！ A5.彼氏とのんびり家で過ごして、朝に初詣に行くのが恒例です★ A6.おせちとおもち！ A7.貯金するか家をリフォームしたい（笑）！

RIRI'S BOOM 6 リップメイクはDior&YSL！

口紅の前にDiorの下地を塗ると潤いが続いて皮むけしない♥ しかもぷっくり見える効果も！



Diorのリップマキシマイザーを下地に塗り、YSLのルージュ ヴォリュプテ シャインをオン。

RIRI'S BOOM 5 毎日Lily Brown♥



パンツよりスカート派になって、Lily Brownが大好きに。サイトで新作をこまめにチェック★

セットアップとファーサンダルはどちらもLily Brown。レトロなシルエットで人とかぶらないのがイイ！ 店舗で素材を見て、買うのはサイト。

RIRI'S BOOM 4 ココマークのアクセをコレクション

他のブランドには興味がなくて、愛してるのはシャネルだけ♥ イイ女の称号でしょ



ココマークのネックレスはほぼ毎日♥

RIRI'S BOOM 3 プエラリアで上向きバストに♥

ベルタで定期購入してるプエラリアサプリは朝夜に、アップジェルは寝る前にマッサージしてお肉を寄せる（笑）！

バストアップのマッサージとサプリは毎日の習慣。ハリが出て少し大きくなったみたい♥



RIRI'S BOOM 2 血液クレンジングで体内浄化

アンチエイジングはもちろん、免疫を強化する効果も。30分くらいで終わるから手軽だよ！



採血してオゾンガスを注入、体内に戻すよ！

RIRI'S BOOM 1 お米は「つや姫」オンリー！

白米があんまり好きじゃなかったけど、これを食べて変わりました！ おいしすぎる♥

遠藤五一さんのつや姫をネット通販でリピしてる！



【ゆく年くる年Q&A】 Q1.2015年、一番高い買い物は？ Q2.2015年、一番楽しかったことは？ Q3.2015年、自分に起こった一番大きい変化は？ Q4.2016年の抱負を3つ教えて！ Q5.年末年始の予定は？ Q6.お正月に食べるものといえば？ Q7.もしお年玉で100万円もらったら何に使う？

トライアスリート（28歳／東京都）独身・子供なし

今井麻莉江の My BOOM 6コ

トライアスロンやってるからボディメンテナンスはマメに。日焼けは防ぎきれないので、華やかリップで女っぽさを盛ってる♥



トライアスロンで鍛えたボディが2015年の成果★

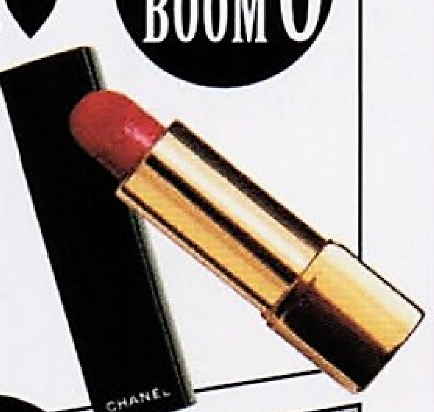
ニット¥4,990（1月発売予定）、ピアス¥1,990（3月発売予定）／ともにRESEXXY 渋谷109店　ネックレス¥1,400／L.CHANCE 渋谷109店

麻莉江のゆく年くる年

A1.特になくて…ハワイ旅行に行ったこと!　A2.ハワイ旅行、友達の結婚式…いろいろ!　A3.7年間お世話になった歌舞伎町のお店を辞めて新しい場所に移ったこと。A4.①また歌を始める!　②またダンスを始める!　③トライアスロンのタイムをのばす!　A5.家族でのんびりか、海外か、のどの手術をしてさみしく引きこもりか…。A6.ママのおせち♥　A7.引っ越す!

MARIE'S BOOM 6 リップはヴィヴィッドカラーに♥





目元を控えめにして、リップを主役にしたメイクがお気に入り★　ダークな冬コーデに合う!

シャネルのルージュ アリュール158はパキッとした発色が◎。

シャドーは スモーキーカラーが 相性good!

MARIE'S BOOM 5 ヘッドスパ&リッチリペアのシャンプー

表参道の「matiz hair design」でやるジョンマスターのヘッドスパが最高。頭皮がスッキリするよ♪

トリートメントをつけて60秒で栄養補給される!



サロンで買ってるゴールドウェルのデュアルセンスリッチリペアシャンプーとトリートメントでカラー長持ち★

MARIE'S BOOM 4 カッコイイ女になれるZARA!

シンプル イズ ベスト傾向が強まって、ZARAでモノトーン服をよくチェックするように★



白シャツ、パンツ、コーディガン、全てZARA! 素材感がいいから高見えするしシルエットもキレイ。ちょっとゆるい感じでトレンド感も!

MARIE'S BOOM 3 ミセラー水クレンジング

プラントシステムのアージェンスミセラーはメイクを拭き取りながら保湿もできて時短!

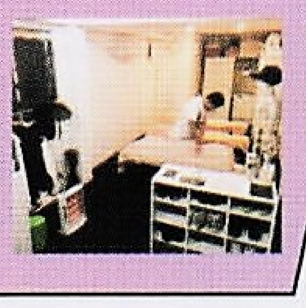


乾燥肌にも優しい処方でしっとりするよ♥

MARIE'S BOOM 2 ちもと接骨院で姿勢矯正

美容ハリや小顔矯正で定期的にメンテナンス♪　骨から小顔になれてる感じが快感♥

六本木ちもと接骨院　㊟東京都港区六本木4-2-15 SABAビル1F　☎03-6441-0704　㊡15:00〜21:00　㊡不定休　㊉http://ameblo.jp/roppongi-chimoto/



MARIE'S BOOM 1 ココナッツオイル&クリームでボディもちもち♪



ココナッツオイルとボディクリームのW保湿を朝晩必ず。基本的な乾燥が軽減されたよ♥

nutiva coconut oilを手で温めながら塗り、シャネルのクリームを重ねる。



世間のトレンドよりも自分の好きなモノを使いたい♥

ニット¥8,900／DURAS　ネックレス¥2,200／L.CHANCE 渋谷109店

時計デザイナー（32歳／東京都）独身・子供なし

山﨑みどりの My BOOM 5コ

姉agehaに出るようになって、美意識が上昇★　新しい美容方を探したり、コーデを考えたりするのがキレイへの刺激になってます♥

みどりのゆく年くる年

A1.ダイニングテーブルセットで、20万円くらいです★　A2.スチール撮影が好きなので、満足したカットが撮れたとき♥　A3.姉agehaに出るようになったコト♪　A4.①自分の会社の売り上げ拡大!　②若作り（笑）!　③ジムで鍛える!（←去年も言ってた…）　A5.みんなでカウントダウンパーティー♪　A6.くえ鍋★　A7.タヒチの海上コテージの一番高い部屋に泊まる♥

MIDORI'S BOOM 3 洗顔ブラシで首まで磨き上げる!

MIGAKIエステの洗顔ブラシがめっちゃ気持ちいい♥　首まで洗いながらマッサージ!



軽〜くなでる感じで洗うとすべすべに

MIDORI'S BOOM 1 BUYMAでショッピングクルーズ

海外のファッションが好き! BUYMAはどこのブランドの服も買えるからよく利用する★



コートはマッカージュっていうカナダのブランドで、ワンピと一緒にBUYMAでゲット。キュッとくびれたシルエットがおしゃれで即買い!

MIDORI'S BOOM 4 頭皮の毛穴洗浄

ヘッドスパと毛穴洗浄をやると頭皮と顔が引き上がっていい感じ♪　表参道の「efil」で★



頭皮のマッサージは自分でもお風呂でやってる★

MIDORI'S BOOM 5 焼き魚で胃腸をいたわる



アンチエイジングに青魚がいいと知って、焼き魚にして食べてる♥　自炊もよくします!

血液サラサラや脂肪がつきにくくなる効果が♪

MIDORI'S BOOM 2 1粒ダイヤの華奢アクセ♥

女っぽい華奢なダイヤアクセが欲しくて、Art of inspirationのダイヤブレスをお買い上げ♪



ダイヤが主張しすぎない感じがいいの♥

美和子先生の
ゆく年くる年

A1.買い物じゃないけど、クリニックの開業で1300万円! A2.自分の城（クリニック）ができて夢が広がった★ A3.仕事に対する考えがさらに深まった。 A4.①クリニックをさらに成長させる! ②自分磨き! 加圧やってみたい♪ ③結婚…? A5.未定だけど、たぶん飲んでます★ A6.おもちとおしるこ♥ A7.物欲なくて…時計かバッグを買うかな?



クリニックの「顔」として老けない女を貫き通します♥

ニット¥6,900、ネックレス¥2,900／Delyle NOIR 渋谷109店

渋谷ラ・ブージュ デンタルクリニック院長（34歳／東京都）独身・子供なし

木村美和子の My BOOM 6コ

クリニックの開業で激走した2015年でした✧ 自分の城を持つことで成長できたし、来年はもっと多くの人に知ってもらいたい♥

MIWAKO'S BOOM 2 韓国のリフトアップ美容液

渋谷にある「KANコルギセラピー」で買ってる美容液は、リフトアップ効果がケタ違い!

Oligo force serum Hydratingはコルギのサロンで購入。



たった3分でエステ並みの効果が出る!

MIWAKO'S BOOM 1 ずっと欲しかったピンクのシャネル

入荷するとすぐ売れちゃって、なかなか出会えなかったシャネルをやっと手に入れました♥

シャネルのチェーンバッグは黒を持ってるんだけど、このヴィヴィッドなピンクが欲しくてずっと狙ってた♪ 43万円くらいだったかな。



MIWAKO'S BOOM 3 エステ並み効果! サキナの美顔器



私のクリニックでも扱ってるサキナの美顔器は1台で色んな使い方ができて本当に優秀。

MIWAKO'S BOOM 6 ナノケアドライヤーで顔も髪もケア

2万円するナノケアのドライヤーが効果バツグン! 髪質が激変してツヤツヤに✧



顔に浴びることもできるから同時にケア!

MIWAKO'S BOOM 5 安眠できるベッド用フレグランス



ロクシタンのリラクシングピローミスト★

プレゼントでいただいて、使ってみたらすごくイイ♪ リラックスできる香りで眠りが深く♥

MIWAKO'S BOOM 4 やっぱり涙袋メイクがしたい♥

ブームというよりも私にとっては定番。涙袋を強調して下まぶたをふっくら見せてます✧



2 ①で塗ったすぐ下に右下のブラウンを細く入れ、立体感を強調!

1 下まぶたに右上のハイライトを塗って、光りでふっくら見せる。



ルナソル スリーディメンションアイズ01

大宮某店勤務（30歳／埼玉県）独身・子供なし

鈴木りんかの My BOOM 5コ

はじめまして、鈴木りんかです♪ オタクか!ってほど美容が好きなので、姉agehaで美容テクをご紹介できてうれしいです♥

ニット¥5,500／SHAGADELIC 渋谷109店



年末の反省も年始の決意も、アンチエイジング!

りんかの
ゆく年くる年

A1.ヴィトンのバッグで、18万円くらいでした、 A2.ウルトラに行ったこと♪ 海外にいるみたいに楽しかった! A3.姉agehaに出られたことです! A4.①脚を2まわり細くする! ②筋肉をつける! ③美容薬学検定の資格をとる! A5.金沢でおせちを習う予定です♪ A6.おぞうにとおせち♥ おぞうにはゆずと三つ葉を添えて。 A7.美容整形でアンチエイジング!

RINKA'S BOOM 5 カーキシャドウで冬FACE♥

冬メイクに挑戦したくてカーキシャドウにトライ。ベースにブラウンを入れるとなじみやすい★



シャネルの4色パレットが使いやすい♪

RINKA'S BOOM 4 寝てる間にハンドケア!

手の乾燥がヤバめなので、ハンドクリーム＆ネイル美容液をつけて手袋をして寝て徹底保湿します!



アトリックスのエクストラプロテクションを手の甲全体に、ドクターネイル ディープセラムを爪に塗り、100均の手袋を♪

RINKA'S BOOM 3 育毛エッセンス始めました



植物エキスが頭皮を健康に保ってくれる!

最近髪のボリュームが気になってきて…「花蘭咲」という育毛美容液をお風呂後にマッサージしながら使ってます★

RINKA'S BOOM 2 たこ糸巻いてウエスト死守!

ウエストサイズをキープするために家ではたこ糸を巻いて生活（笑）。お腹に肉がつくとすぐわかるんです!



たこ糸は100均とかで適当に買ってきます★

RINKA'S BOOM 1 部分用の美顔器でポイントケア★

目の下のクマ、鼻の毛穴など、トラブルに合わせて美顔器をチョイス。ピンポイントでケアした方が効果が高い★



毛穴はパナソニックのクールパターで引きしめ!

目元のくすみはMTGホットローラーアイでコロコロ

【ゆく年くる年Q&A】 Q1.2015年、一番高い買い物は? Q2.2015年、一番楽しかったことは? Q3.2015年、自分に起こった一番大きい変化は? Q4.2016年の抱負を3つ教えて! Q5.年末年始の予定は? Q6.お正月に食べるものといえば? Q7.もしお年玉で100万円もらったら何に使う?


Secret key
Winter collection
LOVE
for
chrithmas
FLOWER
roomwear
この冬、シークレットキーから恋する女の子に贈る「ラブフラワーシリーズ」のルームウェアが登場♥クリスマスのお家デートに向けてルームウェアも気合いを入れよう♪
Mini Skirt
ポイントボアと裏起毛で冬対策ばっちり!! ミニスカの中にはインナーパンツ付きの安心設計 / ラブフラワーセットアップ（ミニスカート）￥7,980
Short pants
甘めが苦手な人はすっきりシルエットのショートパンツタイプがオススメ♥/ ラブフラワーセットアップ（ショートパンツ）￥5,980
Long Skirt
別売りのロングスカートを合わせて自分のコーディネートを楽しんで / ラブフラワースカート（トップス別売り）￥4,500
Xmas
Fair
11/25 ~ 12/25
期間中、通常500円のキャンディラッピングが無料！大切なあの人へのクリスマスプレゼントにルームウェアはいかがですか？？
SECRET KEY
http://www.secret-key.net
シークレットキー
LINE@
@bfm5198f
お買い得情報配信中♪
お友達登録していただくとLINE からお問い合わせもしていただけます
Instagram
secretkey_roomwear
姉 ageha 限定
￥500 OFF
購入時にこちらのクーポン番号をご入力ください▼
1225



さらっと羽織るだけでリッチなゴージャスファーの存在感

オンナっぷりが急上昇する大人気のファーコート♥

いつだって一番でいたいから…♥

Delyle NOIRで極める冬のイイ女！

大人っぽくてゴージャスで、しかも色っぽさもほしい…！
そんな欲ばりな私たちの願望に応えてくれるのはデイライルノアールだけ♪
最高のお洋服に身を包めば、どんなシーンでも最高のイイ女になれます♥

PHOTO_Kazuki Yayama(BIEI) [MODEL], Nobuyuki Sasaki [ITEM]
HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto　STYLING_Satoko Fujita
MODEL_Sayaka Araki, Rina Sakurai　EDIT&TEXT_Setsuko Chigira

思わずさわりたくなる上質なファー。ボリュームフードファーコート¥19,500、バイカラーパッド付きワンピース¥6,900、ニーハイブーツ¥19,000／すべてDelyle NOIR

ボリューミーなファー襟でシンプルでも華やか。ボリュームファーリボンコート¥20,000、ストーン×パールパーツネックレス¥1,900、ニーハイブーツ¥19,000／すべてDelyle NOIR　その他／モデル私物



レディなビッグフラワーに
ピュアな白のギャップ魅せ♥

クールな黒の毒っぽさで
色気を引き立てる！

花束のような愛らしさで、みんなの視線を独占！　ミックスフラワーワンピース各¥8,900、ファーマフラー各¥4,900、ビッグパールスリムベルト各¥3,800／すべてDelyle NOIR



品のあるバイカラーコーデが1枚で簡単に作れます✧

高めにあしらった黒レースで脚長&くびれを演出♥

ウエストレースバイカラーワンピース¥7,900、パールクリップ¥2,500、ゴールドリング×パールピアス¥1,900、パールパーツチェーンバッグ¥8,000／すべてDelyle NOIR

ピタふわの美シルエットでスタイルアップ。ビジューポケットフレアワンピース¥7,900、フェルトハット¥4,900、パールパーツチェーンバッグ¥8,000／すべてDelyle NOIR

2016年も数量限定の福袋を発売♥

各店舗の新年初日営業日から販売する2016年福袋は、なんと10%OFFの年間パスポート入り✧ さらに店頭に行けない方のために12月11日（金）19:00～公式WEB STOREで先行予約を受付します♥ どちらも数量限定だから急いでね



SHOP LIST

渋谷109 4F Tel 03-3477-5053	仙台FORUS B1F Tel 022-264-8058	天神CORE 1F Tel 092-725-1618	広島PARCO 4F Tel 082-542-2171
心斎橋OPA 6F Tel 06-6282-8051	静岡109 1F Tel 054-266-4286	近鉄PASSE 5F Tel 052-561-7465	宇都宮PARCO 2F Tel 028-611-2233
名古屋丸栄 本館3F Tel 052-264-6223	梅田EST 1F Tel 06-6147-6870	香林坊109 2F Tel 076-220-5228	
河原町OPA 3F Tel 075-255-8232	大宮ARCHE 2F Tel 048-871-8767	札幌4pla 2F Tel 011-261-0215	

WEB STORE
http://blanccloset.com/delylenoir/

LINE@
delyle_noir



120％女子を楽しむ♥

ーリーパーリー

Girly Party

かわいくそしてカラフルが鉄則！
カフェ・ド・パリのスパークリングワイン。
ライチみたいな甘い世界にひたって、
楽しみましょう♥

Teruyuki Matsumoto(Rooster) **STYLING**_Kaori Nara Obara **EDIT&TEXT**_Tomomi Okudaira **THANKS**_EASE

（りな）チューブトップ、オレンジパニエ／ともに編集部私物　白パニエ￥1,460／TAKARAYA渋谷109店　ヘッドアクセサリー￥2,000、イヤリング￥1,700、ネックレス￥1,600／すべてL・CHANCE渋谷109店　ブレス(参考商品)／DURAS　（ゆうか）キャミソール￥5,500、パールブレス(参考商品)／ともにDURAS　パニエ￥5,200／Corrida Corset



グレープフルーツ

サクランボ

カフェ・ド・パリ×姉ageha　女子会を楽しむ5箇条

- ピーチみたいな明るさ、かわいさ、セクシーさを振りまく！
- グリーンアップルのような爽やかさでHAPPYを楽しむ！
- ライチのような華やかで魅惑的なアジアンビューティーに！
- グレープフルーツみたいに凛としたクールさも醸し出す！
- サクランボのような甘～い世界で女子を最大限に盛り上げる！

カフェ・ド・パリで

お姉さん的ガ

私たちの女子会は、甘く、
ドレスコードはガーリーに、片手には
大好きなピーチにグリーンアップル、
女子をおもいっきり

PHOTO_Nobuyuki Sasaki **HAIR&MAKE**_
MODEL_Sayaka Araki,Rina Sakurai,Kanae Sugiyama,Yuuka



（さやか）チューブトップ￥1,848、パニエ￥3,900、蛍光パニエ￥1,460／すべてTAKARAYA渋谷109店　パールネックレス、バングル、ストーンブレス、ゴムブレス(参考商品)／すべてDURAS　ネックレス￥2.300／L・CHANCE渋谷109店　（かなえ）ヘッドアクセサリー￥2,000／L・CHANCE渋谷109店　キャミソール￥5,500、10連ブレス、ストーンバングル(参考商品)／すべてDURAS　ピンクパニエ￥3,600／Corrida Corset　白パニエ￥1,460／TAKARAYA渋谷109店

PRODUIT DE FRANCE

CAFÉ DE PARIS



ピーチ　グリーンアップル　ライチ

カフェ・ド・パリはフランス生まれのスパークリングワイン。
定番品だけで 12 種類のフルーツフレーバーがあり、気分に合わせていろいろ選べるのが特徴。
あなたのお気に入りの 1 本を見つけてみては？　750ml　オープン価格

●問い合わせ先　ペルノ・リカール・ジャパン　Tel:03-5802-2671　http://www.cafedeparis.jp/

今っぽいドレスアップスタイルはいつものコーデに

ちょっとオシャレが必要な日、昔と同じ着こなし方になってない？

イベント別コーデ見本帳



1 クリスマスパーティーなら

白をキーカラーにクリスマス感を出しつつワンピ×アウターのみのシンプルセットに

大判花柄で派手さはバッチリだからアクセはなし。ヌーディーさが色っぽさの元に♡　赤を差し色にプラスしてクリスマス感をアップ！

アウター <ベルト付き> ¥13,800 ／ EGOIST ルミネエスト新宿店　ワンピース ¥8,900 ／ Delyle NOIR 渋谷 109 店　ヴィンテージ シャネルのイヤリング ¥39,800《税込》、ヴィンテージ フェラガモのバッグ <ショルダー付き> ¥49,800《税込》／ともに Qoo　パンプス ¥9,800 ／ ESPERANZA 渋谷 109 店　タイツ／スタイリスト私物

for the Lady Sexy

莉菜×レディセクシー

“かわいいね”って言われるのを目標に作る派手甘スタイル。女の子が愛してやまないふわふわ・もこもこアイテムはヌーディーに使えば色っぽさとゴージャスさ、どちらも叶う♡



ちょい足しくらいがかわいい♡

冬のイベントごとは気合いを入れた服で楽しみたいよね♡　けど、その着飾り方、数年前から同じままじゃない？　Aラインのワンピースも、アクセに頼って派手さを出すのも子供っぽさの元　いつものコーデから1アイテムチェンジくらいが大人に仕上げるコツです♡

1 クリスマスパーティーなら

黒をキーカラーにゴージャス感の出るワイドパンツで色っぽい聖夜を

トレンドのワイドパンツはとろみ素材ならラグジュアリー。ファーアウターを羽織って普段と差をつければ街でもゴージャス感が漂う♡

アウター¥8,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店　コンビネゾン¥15,000／rienda（バロックジャパンリミテッド）バッグ（参考商品）／DURAS　パンプス¥6,900／ESPERANZA ルミネエスト新宿店

for the Casual Sexy

佳那恵×カジュアルセクシー

“キレイだね”って言われるのを目標に作るクールなスタイル。イベントだけどベーシックカラーのみが基本！　ドレッシーな小物が映えて、さりげない華やかさが素敵です♡

PHOTO_Kosuke Nakashima(PEACE MONKEY)
HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto
STYLING_Yoko Tsutsui(PEACE MONKEY)
MODEL_Rina Sakurai,Kanae Sugiyama
EDIT&TEXT_Haruka Noda

for the *Lady* Sexy

莉菜×レディセクシー







2 女子会なら

女の子らしい色をあえてパンツで使って媚びないかわいさに

甘さの出るピンクはピリ辛に着て色とのギャップを作れば女の子からの評判も良さそう♡　黒のアクセで引き締めるとよりスパイシー。

コンビネゾン¥12,800／EGOIST ルミネエスト新宿店　バッグ<チェーン付き>（参考商品）／DURAS　パールイヤリング¥1,400／Grandedge 渋谷109店　ヴィンテージ シャネルのバングル¥108,800《税込》／Qoo　パンプス¥6,900／R&E　リング／モデル私物



ワンピース¥7,500／rienda(バロックジャパンリミテッド)　バッグ<チェーン付き>¥7,900／DURAS　ヴィンテージ シャネルのイヤリング¥32,800《税込》／Qoo　パンプス¥1,591／リエディ　リング／モデル私物

3 ホーム パーティーなら

気張らないゆるニットワンピに大ぶりアクセでポイントを

「家なのにそれ着るの?」みたいなドレッシーさはKY！　オーバーサイズのニットワンピならデイリー感もありつつ色っぽさも出て◎。



4 ウエディングパーティーなら

黒×パールでフォーマルさを出せば上下別の合わせだってOK

周りとコーデが似通うウエディングパーティーでトップス×スカートのスタイルは新鮮。ヘアスタイルとアクセで普段と差をつけて。

ファーショール￥7,900／ROYAL PARTY　カットソー￥5,990／RESEXXY 渋谷109店　スカート￥5,500／DaTuRa 渋谷109店　イヤリング￥1,800／Grandedge 渋谷109店　バッグ￥6,500／ジョワナリエ ルミネエスト新宿店　タイツ／スタイリスト私物

5 バレンタインデートなら

白アウターでグッと女度高めつつ一緒に歩く彼の服とも相性良く

ノーカラー &A ラインアウターはバレンタインを甘く盛り上げてくれそう♡　ワンピース見えするように着るのが華やかさの元。



アウター￥14,800／DaTuRa 渋谷109店　イヤリング￥1,500／Grandedge 渋谷109店　バッグ<ショルダー付き>￥6,500／ジョワナリエ ルミネエスト新宿店　ブーツ￥3,517／リエディ



ワンピース￥6,990／RESEXXY 渋谷109店　ハット￥2,800、イヤリング￥1,400／ともにGrandedge 渋谷109店　バッグ￥9,500／DaTuRa 渋谷109店　パンプス￥7,900／ESPERANZA ルミネエスト新宿店　リング／モデル私物

6 バースデーパーティーなら

主役を引き立てる日はオール黒で控えつつ小物で特別感を

普段使いが難しい女優帽やファーアクセは、シックなコーデに取り入れれば適度にドレスアップしてくれてオシャレに使えるよ。







アウター¥16,000、スカート¥8,900／ともにROYAL PARTY　カットソー¥5,500／EGOIST ルミネエスト新宿店　イヤリング¥2,500／ENVYM　ヴィンテージ シャネルのバッグ ¥188,800《税込》／Qoo　パンプス¥7,300／R&E

2 バースデーパーティーなら

シルエットに存在感のある スカートがひとつあれば 控えめなのにオシャレ

淡いモノトーンコーデはメリハリがつきすぎずやさしい印象。赤のパンプスひとつでドレッシーさが増すから全身がシンプルでも程良し。





for the Casual Sexy 佳那恵×カジュアルセクシー

アウター¥18,000／rienda(バロックジャパンリミテッド)　ワンピース¥5,990／RESEXXY 渋谷109店　サングラス¥2,900／ENVYM　バッグ¥14,800／DURAS　ブーツ¥8,900／R & E　タイツ／スタイリスト私物

3 ホームパーティーなら

やっぱり鉄板ニットワンピは たっぷりタートルと 渋めカラーで甘さ回避

くつろぎ感の出るゆるニットはおうちでもなじむアイテム。カーキでカッコよさを出し、透けタイツで色っぽさを作れば簡単ドレッシー。



6 女子会なら

女同士の賑やかな場ならデニムの辛口スタイルでボーイッシュに徹して

デニムだってセクシーなトップスやパンプスで色気をプラスすればドレスアップ可能！チェスターを羽織ってより辛口に見せて。

アウター¥13,800／ENVYM カットソー¥5,900、デニムパンツ¥5,900／ともにROYAL PARTY イヤリング¥1,200／Grandedge 渋谷109店 ヴィンテージ シャネルのバッグ¥258,800《税込》／Qoo パンプス¥6,900／ESPERANZA ルミネエスト新宿店



ブルゾン¥9,990、イヤリング¥1,990／ともにRESEXXY 渋谷109店 ワンピース¥15,000／ROYAL PARTY バッグ<ショルダー付き>¥5,900／ENVYM ファーティペット¥3,300／セシルマクビー ルミネエスト新宿店 タイツ／スタイリスト私物

4 ウエディングパーティーなら

ブルゾンタイプのアウターでカジュアルにシフトすればこなれた雰囲気

着なれないジャケットやボレロを合わせるよりも、デイリー感の出るブルゾンでワンピをドレスダウンするくらいが場慣れした印象に。



アウター¥18,800、パンツ（参考商品）／ともにDURAS ニット¥6,900／LADY MADE ハット¥3,200／セシルマクビー ルミネエスト新宿店 ヴィンテージ セリーヌのバッグ¥36,800《税込》／Qoo パンプス¥6,900／ESPERANZA ルミネエスト新宿店

5 バレンタインデートなら

2月の一番寒い時期こそオールホワイトで軽やかなイイ女に

明らかに“気合入れた”なコーデは照れくさい。それなら白の明るさを利用して♡ こんなにシンプルなスタイルでも特別感満点です。

海外セレブも注目の手元アクセが満載!

できる女は手元で魅せる

流行のボヘミアンにもよく合うRUIENのシルバーアクセ。中でもブレスリングやパームカフ、ネイルリングなどは海外セレブも注目しているアイテム! いち早く身につけて手元オシャレも先取りしましょ♪

PHOTO_Nobuyuki Sasaki **HAIR&MAKE**_Emiko Matsumae **STYLING**_Kaori Nara **MODEL**_Sayaka Araki **EDIT&TEXT**_Tomomi Okudaira

RUIEN



輝きを放つ指先に視線が集まる

指先をゴージャスに飾るネイルリングと指輪が一体。動きに合わせて揺れるチェーンが華やかさをUPしてくれる♥(人差し指・中指・薬指)ネイルメタリックカバーリング各¥4,000／RUIEN



強さとしなやかさの湾曲ライン

ユニセックスなメタルアーマーリングでインパクトを。(右手:人差し指・薬指)メタルアーマーリング各¥3,900、(左手:人差し指)8コSETラインリング¥1,800、(中指)メタルアーマーリング¥3,900、(薬指)レイヤードラインリング¥1,600、(小指)4コSETナックルファランジリング¥2,750／RUIEN

[左]グリーンハット¥5,900、カーディガン¥5,900／ともにSHAGADELIC 渋谷109店 [上・左下共通]カットソー¥9,500(COTTON CITIZEN)／SHAGADELIC 渋谷109店



手元をつたうチェーンのお誘い

シンプルなリングとブレスリングの組み合わせは、どんな指先も大人顔へと変身♪(親指)ボルテックスリング¥2,650、(人差し指・中指・薬指・小指)4コSETナックルファランジリング¥2,750、(中指&手首)メタルプレートブレスリング¥4,500／RUIEN



手の甲で魅せる主役級の競演

パームカフで手元がグンとオシャレに!(人差し指)パールツイストリング¥2,700、(中指&薬指)パールデザインダブルフィンガーリング¥2,900、(薬指)4コSETナックルファランジリング¥2,750、(小指)レイヤードラインリング¥1,600、(手の甲)プレートラインパームカフ¥1,800／RUIEN

RUIEN

http://ruien.jp/

海外セレブも大注目!

ミランダやサラ・ジェシカパーカーも夢中♥

オシャレに敏感な海外セレブは、パームカフやブレスリングなどをすでに愛用中!



©AFLO

様々な表情を引き出してくれるインパクトジュエリー

今年はアクセをジャラづけするのが姉ageha流! ネイルアート感覚で楽しめるネイルリングやハードな印象のアーマーリングを部分使いすると、手元にも個性が出て存在感UP♪ パームカフとリングのセットや、ブレスリングでシンプル見せも大人の魅力が増して注目を浴びること間違いなし!

DaTuRa × 桜井莉菜 コラボ 第5弾



Rina's Comment

「特にこだわったのは、タートルのゆったり感。折り返したときに、アゴがいい感じに埋もれてかわいく見えるように仕上げたよ♡」

彼も普段使いできるシンプルなニットでおしゃれにリンクコーデ

立体的な編みデザインだから、1枚でサラッと着るのが断然かわいい♡　白と黒の2色展開だよ。ネックレス付きダーリンニット各¥9,900、ブローチブーツ¥17,800／すべてDaTuRa 渋谷109店　デニムパンツ／モデル私物

彼とペアで購入すればネックレスを2コGETできちゃう

ニットとセットのネックレスは2種類。どんな服にも似合うクリスタルビジュー×パールで、どっちもゴージャス✧

ダーリンと着る ダーリンニットをコラボしちゃったよ♡

大人気コラボ企画、今回は昨年も大好評だった、ダーリンとペアで着るダーリンニット✧　トレンドのビッグシルエットなタートルニットで、女のコが着るとワンピになるサイズ感がキュート　これからの季節、彼へのプレゼントにオススメ♡

PHOTO_Mamoru Morikawa　HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto　STYLING_Tomoko Fujita　MODEL_Rina Sakurai,Kota　EDIT&TEXT_Rimi Suminaka



“清楚なブラウスもセクシーに魅せられること”

大胆なオフショルとビッグなリボンで清楚なのにセクシー♥

ブラウス×チェックスカートの上品コーデも、DaTuRaにかかればこんなにセクシー✧ 女ゴコロを突き刺すデコラティブなブラウスは、他では絶対見つからない！ オフショルリボンブラウス¥6,900、チェックスカート¥4,900、ファービジューバッグ¥12,000／すべてDaTuRa 渋谷109店



“バブリーなワンピだってさらりと着こなせること”

ハデ美人なワンピを余裕顔でサラリと着て誰より目立つイイ女！

年末年始のイベントにぴったりなセクシータンクワンピに、ゴージャスなファー付きニットコートを羽織って✧ 落としたコートから見える肩に、メンズの視線もクギづけ♥ バブリーダーリンニットコート¥13,800、ワンピース¥7,500、ネックレス¥2,900／すべてDaTuRa 渋谷109店



甘いグラデカラーのゆるニットをスリムなパンツで“キレイなお姉さん”

合わせるアイテムをホワイトとベージュで控えめにして、ニットのカラーを生かしつつ大人っぽく。シンプルなIラインコーデは、肩出しや足首見せで効果的に肌見せしてスタイルアップ♪ 足元のパールをネックレスにもリフレインして、品よくおしゃれにまとめて。グラデーションニット¥6,900、パールパンツ¥7,900、ネックレス¥2,700、ランダムジュエリーパンプス¥13,800、キャンバスバッグ¥6,900／すべてDaTuRa 渋谷109店

“ハッピーカラーのニットを媚びずに色っぽく着こなせること”

セクシーなニット、バブリーワンピ、キラキラ時計 etc.
中毒性の高いデザインにもう夢中!

ダチュラーの条件♡

DaTuRa独特の色っぽくてゴージャスな世界観にどっぷりハマった
お姉さんたちのことを"ダチュラー"と呼ぶよ✧
そんな"ダチュラー"の絶対条件を、セクシーな
冬の新作アイテムと一緒にお披露目しちゃいます♥

PHOTO_Mamoru Morikawa **HAIR&MAKE**_Jungen Iwamoto
STYLING_Tomoko Fujita **MODEL**_Rina Sakurai
EDIT&TEXT_Rimi Suminaka **THANKS**_Awabees



"ニットをこよなく愛し、ゆるくエロい魅力を放出できること"

毎年大人気のニットワンピに
トレンドのフリンジをトッピング

「DaTuRaのニットワンピは最強にモテる♥」とダチュラーも大絶賛✧ 新作は、折り返しのオフショル部分にトレンドのフリンジをぐるりと配し、今っぽいラフ感をプラス。レディなパンプスを合わせて大人なイイ女を演出して。フリンジニットワンピース¥7,900、ファー付きバッグ¥12,800、ランダムジュエリーパンプス¥13,800／すべてDaTuRa 渋谷109店



“DaTuRaのバブリーウォッチを愛用。小物づかいにも心を配っていること”

一点投入するだけでコーデが
華やぐ圧倒的な存在感！

DaTuRaのウォッチはアクセ代わりになるから、新作が出るたびに買い足したい！　手首からはみ出るビッグな盤面にパールとビジューがびっしりで、細い手首をもっと華奢に見せてくれる♥　パール付きビジューバブリーウォッチ¥15,000、ローズオフショルワンピース¥7,900、ファーティペット¥5,900／すべてDaTuRa 渋谷109店



“とにかくキラキラが大好き♡どんなときも輝く魅力を持っていること”

ひとつひとつはシンプルでも
全方位どこから見てもキラキラ✧

DaTuRaのキラキラアイテムは、ビジューのバランスや配置が絶妙だから、ハデなのにどこか上品♥　今っぽいハットを合わせたシンプルコーデに、ハート型ウォッチでキュートさをプラス　ジュエリーニットワンピース¥7,900、ビジューテープハット¥6,900、ビジューピアス¥1,200、ハートバブリーウォッチ¥15,000／すべてDaTuRa 渋谷109店

DaTuRa

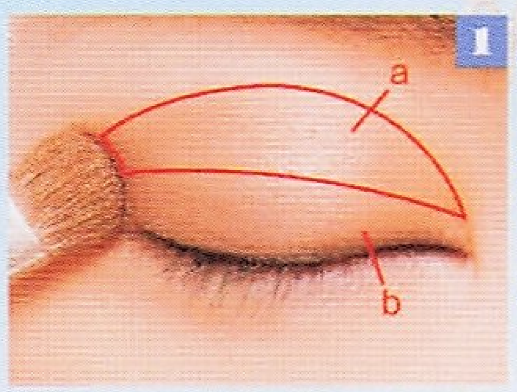
[LINE] @datura-official
[WEB STORE] blanccloset.com/datura
[Instagram] DATURAOFFICIAL



キャラもハネも計算済み
なんちゃって悪女eye★

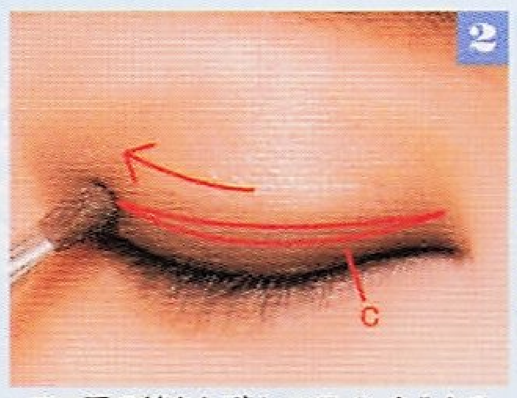
専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし
杉山佳那恵

この目の作り方



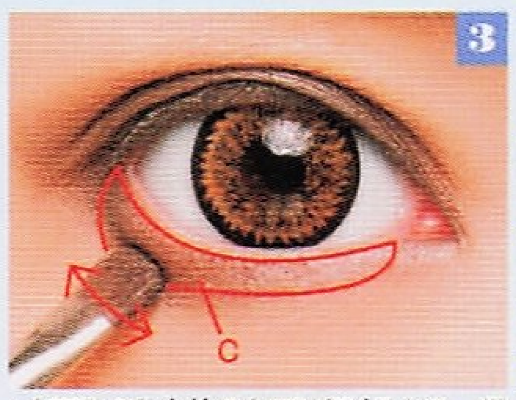
1 シャドーはヨコに広く入れておく

aをアイホール全体に塗り、bを二重にON。ラインの幅を想定し、ヨコに広く塗る★



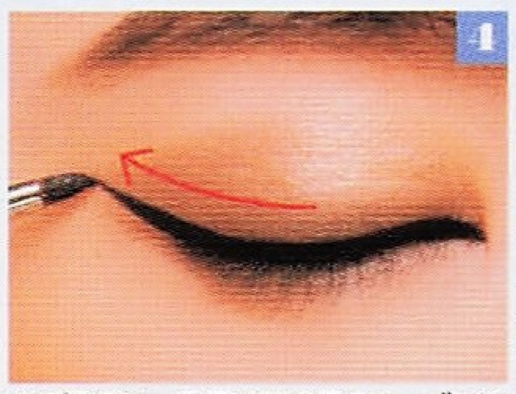
2 Wラインを入れつつラインを下書き

cで二重の線をなぞり、Wラインを入れる。同じ色でキワに細くラインを引く



3 暗めのシャドーで下ラインを入れる

cを下まぶた全体のキワに細く入れる。目尻の下は重ね塗りして奥行きを出す♥



4 ベースとなるラインはキワギリギリに引く

Cで極細に。目尻は下の目のカーブに沿うようにハネる。DとEをフルづけで完成✧

佳那恵は
下の目のカーブとつながるようにハネ上げ

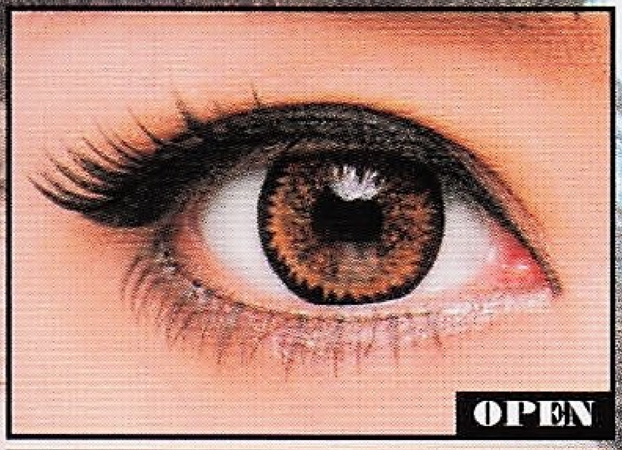
「性格キツそうな顔」という個性が生きるよう目尻はハネ上げ♪
少し下げてから目の下のカーブと繋がるようにハネるといい感じ

Item

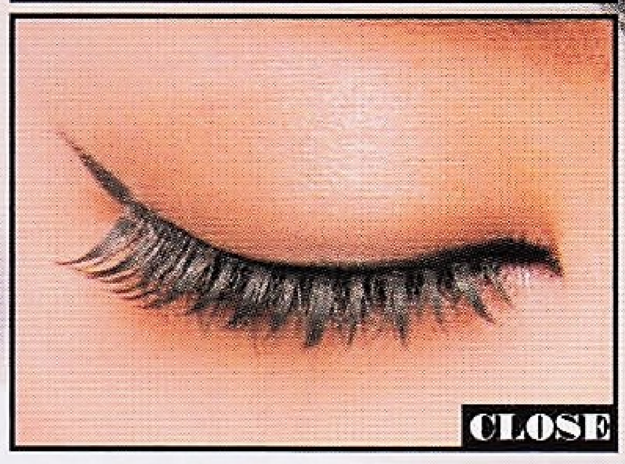


A.アディクション レディトゥ ウェア アイパレット03 B.ジバンシイ ル・プリズム・アイズ・カルテット08 C.イヴ サンローラン・ボーテ クリームアイライナー エフォシル01 D.デコラティブアイラッシュ プレイセクシー 07 E.ダイヤモンドラッシュ ハニー eye

カラコンは
グラムレンズのブラウン



OPEN



CLOSE

形は丸くシャドーは淡く
目尻はちょろっと伸ばすのが
冬のお姉さんeyeのトレンドです

ラインと目尻の方程式

冬休み集中講座!!

タレ目、ネコ目、横長目…私たちが通り抜けてきたメイクの方向性を左右していたのは「ライン」と「目尻」 手早く今っぽい雰囲気に変えたいときはこの2点をアレンジするのが近道✧ この冬のお姉さん13人のメイクを参考に、なりたい目を見つけてみて♥

PHOTO_Hiroyuki Sato,Nobuyuki Sasaki[SAYAKA] **HAIR**_Anri Mitsuishi **EDIT&TEXT**_Hironeko-A

沙世は

ブラウンシャドーで目を囲んで ラインの面積を最小限に

幅広二重なのに目を開くと狭く見えるのが悩み💧 研究の結果、シャドーで目を囲んでおけば極細ラインでも盛れることに気づいた✧



ラインの幅はギリギリだけどこぼれる色気は無限大♥

専属モデル（32歳／東京都）独身・息子1人 **早川沙世**

この目の作り方



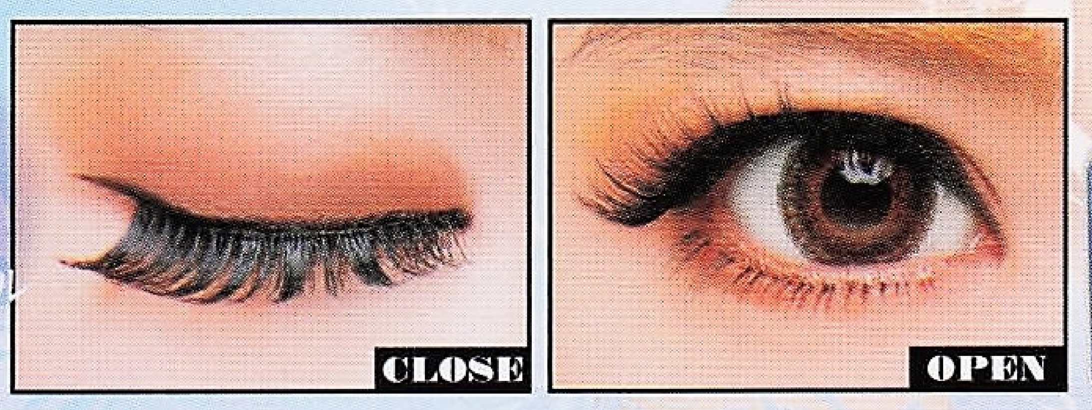
1 淡いブラウンでホリを作る♥
aをアイホール全体に薄く塗る。二重幅に同じ色を重ねてホリを強調するよ♥

2 目尻下の印影で奥行と存在感を出す
aを涙袋に塗り、同じ色を下の目尻にも重ねる。下ラインナシでも目力が増す♪

3 上ラインは極細！ 目尻ははみださない♪
Bの先端で目のキワギリギリを埋めるように。目尻は目の幅ギリギリで止める★

4 つけまと粘膜の隙間を埋める
CとDを装着し、CとラインのスキマをBで埋めるよ。密度が増して目力もUP😊

カラコンは コンタクトフィルムのブラウンサークル



Item



A.ジル スチュアート ベルベットクリスタルアイズ06 B.モテライナーリキッド TAKUMI ブラウンブラック C.ドーリーウインク アイラッシュ No.02 D.ドーリーウインク アイラッシュ No.21

優花は

目尻のタレハネと目頭ちょこんで アーモンド型デカタレ目

ラインは上下ともブラウンシャドーでめっちゃぼかす主義★ ペンシルだと汚くなるけど、リキッドだと持ちも仕上がりもいい感じ✧



ラインと影を丸めに仕込んでころんと大きなアーモンド目に♥

専属モデル（25歳／東京都）独身・子供なし **小原優花**

この目の作り方



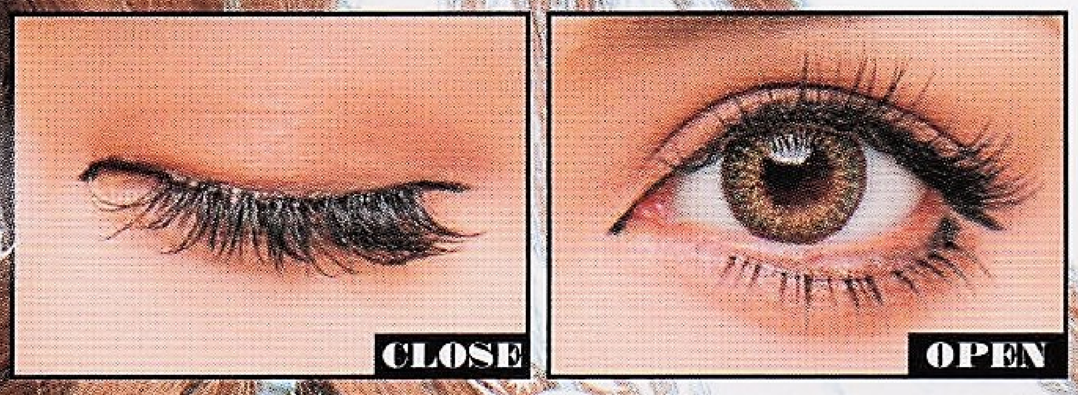
1 ラインはキワに細く目尻はタレハネ♪
aとbで二重にホリを作り、Bで目頭側からライン。目尻はタレてからハネる♥

2 下向きちょこんでデカタレ目に接近！
ヨコから見て上ラインとつながるように★ ヨコに引くと顔がキツくなるので注意！

3 黒目の上だけラインをぼかす
cでラインをぼかし、Wラインを入れる。くっきり感を和らげたらCをつける。

4 オーバーめにぼかしてアーモンド目仕上げ
下まぶた全体にaをのせ、Bで目尻の下に丸めにライン。cでぼかして丸い影に。

カラコンは ラヴェールのシアーヘーゼル



Item



A.リンメル ロイヤルヴィンテージアイズ003 B.Kパレット リアルラスティング アイライナー 24hwp SB001 C.ダイヤモンドラッシュ ノーブルeye



ツンとトガった目尻のハネで子猫なハートを目くらまし★

荒木さやか
専属モデル(30歳/東京都)
独身・子供なし

さやかは

目に沿ってハネると甘くなるから目尻を太くしてハンサムな目に

相変わらず元の目を生かしたメイク♥　細いハネ上げだとかわいくて似合わないから、目尻を少し太くして強めな感じに仕上げてる✧

この目の作り方



1 下ラインはシャドーのみ!!

アイホールと涙袋にaを入れ、二重と下の目尻にbをON。上のキワにはcを塗る。



2 キワを埋めるようにペンシルで上ライン

Bでキワに沿って。先にペンシルで引いておくとリキッドがスルっと引けて便利



3 リキッドで上書き隙間も埋めるよ♥

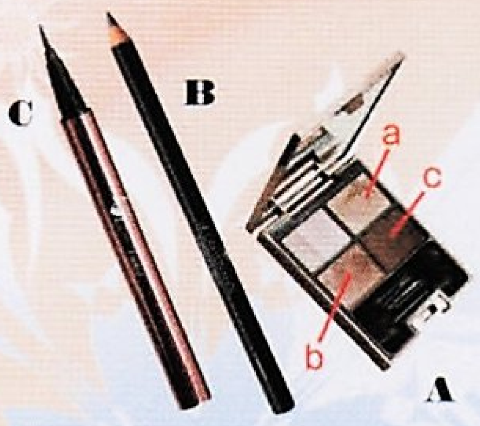
Cで目頭〜目尻まで。流れでハネると甘くなるから、目尻はやや太めに描き足す★



4 シャドーでぼかしていかにも感をなくす

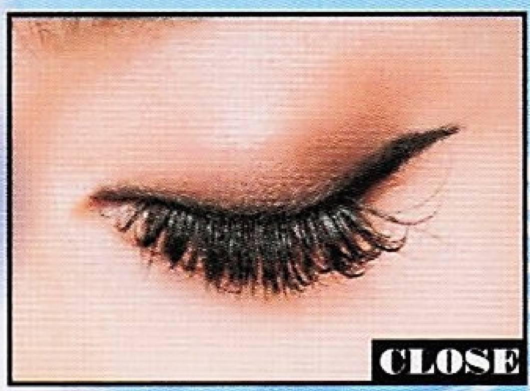
丁寧にメイクする日はcでラインをぼかしてる。境目をなじませて自然な影っぽく♥

Item

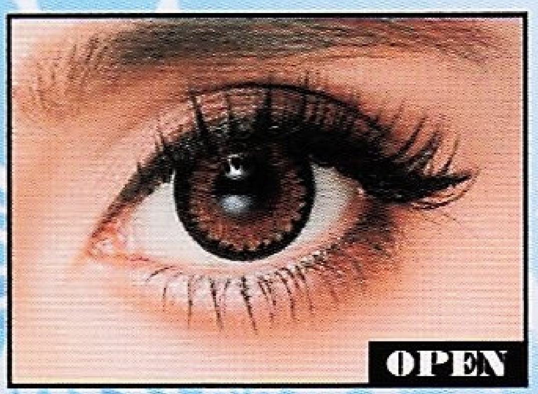


A.ルナソル パーティーアイズEX01(限定品)　B.シャネル ル・クレイヨンコール 61 ヌワール　C.エム・エス・エイチ ラブ・ライナー リキッド リッチブラック

カラコンは
どこのか忘れた…



CLOSE



OPEN



つけまの芯の導きラインで大人レディな私に遭遇♥

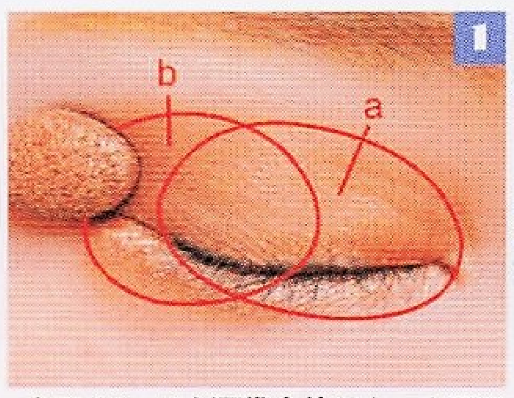
桜井莉菜
専属モデル(32歳/東京都)
独身・子供なし

莉菜は

つけまの芯を基準に引いたらムリしてる感じがなくなった

つけまの芯をなぞる引き方の方が、まつげもなじむし目の一体感も増す！　目尻のタレも芯を基準に引いた方がやり過ぎずに済む

この目の作り方



1 シャドーで目をぐるっと囲む

aをアイホールと涙袋全体に★　上下の目尻にはbをヨコに広がるように塗る



2 つけまをつけてラインの下準備

ラインの前にBをつけるのが莉菜流。芯を基準に引いた方がなじむしヨレない♥



3 つけまの芯を丁寧になぞる♥

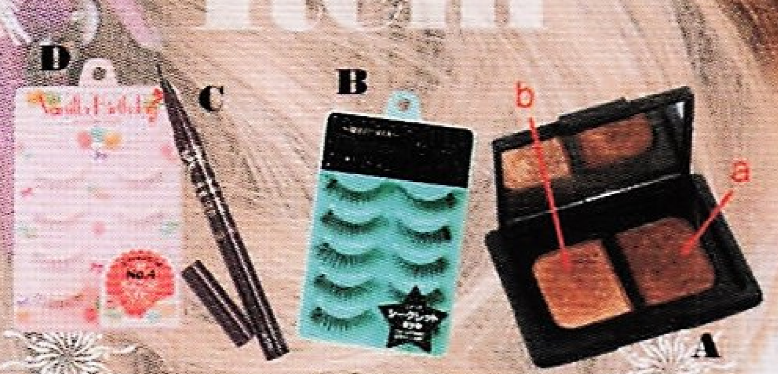
CでBの芯をなぞる。目尻はBに沿って少し下げる。上粘膜も黒く塗っておくよ♪



4 下つけまのずらし貼りで目の形を印象づける

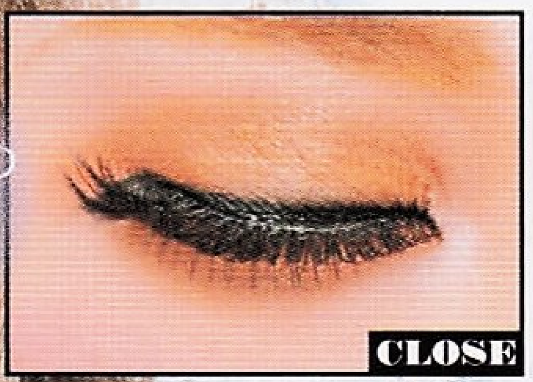
Dは目の形に添って貼り、目尻だけ軽く下げる。目尻下のbとなじんでデカ目に✧

Item

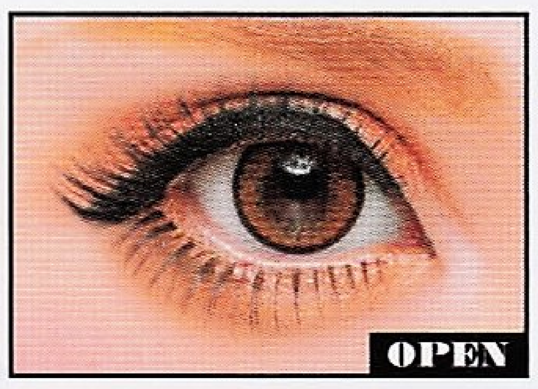


A.NARSアイシャドー 3067　B.ダイヤモンドラッシュ シークレットeye　C.ヒロインメイク スムースリキッドアイライナー スーパーキープ　D.ヴァニラバースデー No.04ちょこっとベイビー

カラコンは
ディアクイーンのナチュラルブラウン



CLOSE



OPEN



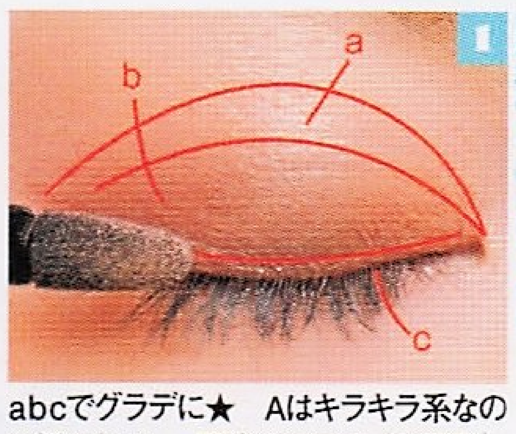
早紀は
下を引かなくなった分 上の目尻を長く引くように

基本はナチュラル意識だけど、薄いと顔全体がボヤッとする…💧
目尻を長くしたら下ラインなしでも目がクッキリするようになった✧

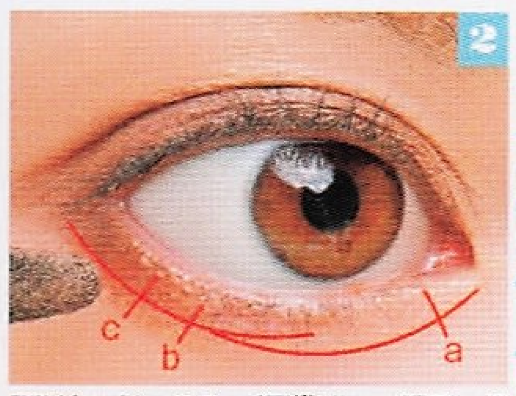
全部薄いとボヤけるから 一点濃くして凛とした目に✧

専属モデル（30歳／東京都）独身・子供なし
加賀美早紀

この目の作り方



1 シャドーを重ねて陰影をつける♥
abcでグラデに★ Aはキラキラ系なのに浮かないし、厚塗りにならなくて優秀✧



2 目頭〜目尻にかけてグラデ風に仕上げる
下はシャドーのみ。涙袋にa、黒目〜目尻にb、目尻下にcを入れ奥行きを出す。

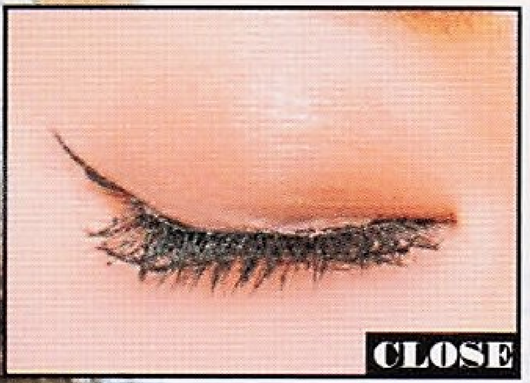


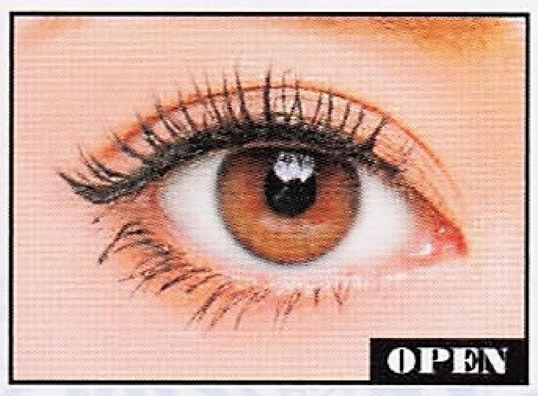
3 リキッドで上ライン目尻は長めにハネ上げ
Bの先端で目に沿って。目尻は前から見てもわかるくらいにシュッと長く伸ばす。



4 つけまののりが見えたら黒く塗る✧
Cを装着。のりやスキマが気になる部分があったら、見えないように黒く塗る♥

カラコンは 使ってません♥





Item

A.KATEブラウンシェードアイズBR-5 B.メイベリン ハイパーシャープ ウイングライナー BK-1 C.ダイヤモンドラッシュ クチュールeye

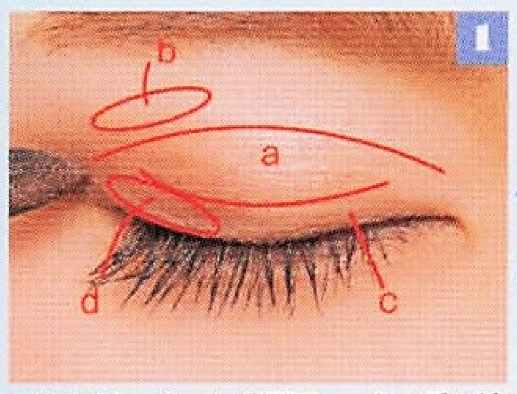
けいこは
ペンシルで下書きして リキッドのブレを目くらまし

一番難しいのがライン。忙しい朝は丁寧に引けないから苦労してたけど、先にペンシルを引けば多少のブレはごまかせると気づいた♥

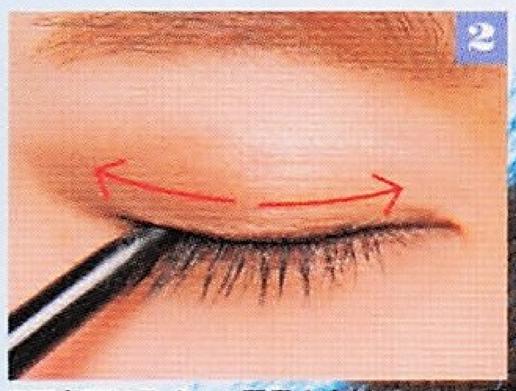
ぼかす手間がいらないから 時短でもキレイに見せられる✧

専属モデル（31歳／滋賀県）既婚・息子1人、娘2人
けいこ

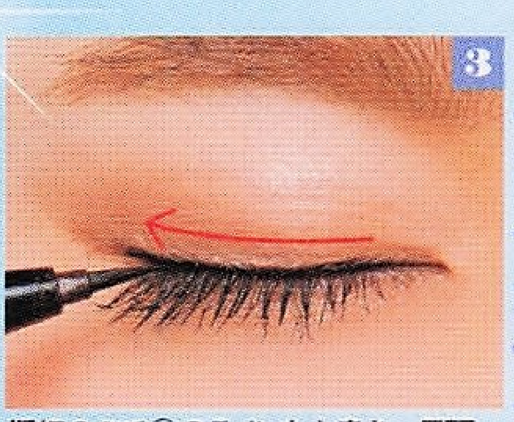
この目の作り方



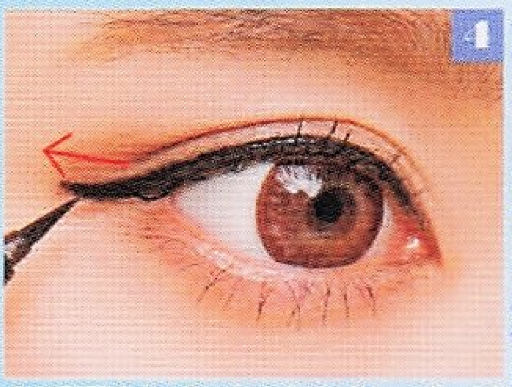
1 目尻シャドーで左右のブレをバレにくくする
aをアイホール、bを眉下、cを二重に塗る。目尻にdを入れラインの下地にする。



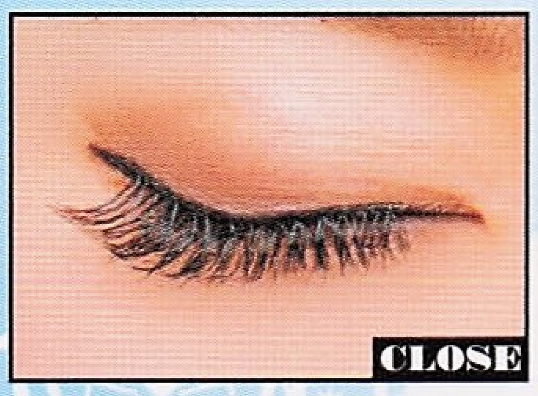
2 ペンシルでリキッドの下書きをしておく
Bでキワにライン。黒目上を軸にして、目頭と目尻側に向けて描いていきます♥



3 ペンシルの上からリキッドでなぞる♥
極細のCで②のラインを上書き。目頭〜目尻のキワに一直線に引いていきます。



4 目尻をハネて大人っぽさを演出
Cで目尻をちょこっとハネ上げ★ 今っぽい顔になるし、大人っぽさも増すよ





カラコンは ジーニーの桃玉

Item

A.ヴィセ リシェ ヌーディリッチアイズ BE-1 B.マキアージュ ロングステイアイライナー N BK999 C.モテライナー リキッド TAKUMI ブラウンブラック



美咲は 薄ライン の日はシャドーを濃く 濃いライン日はヌーディーに

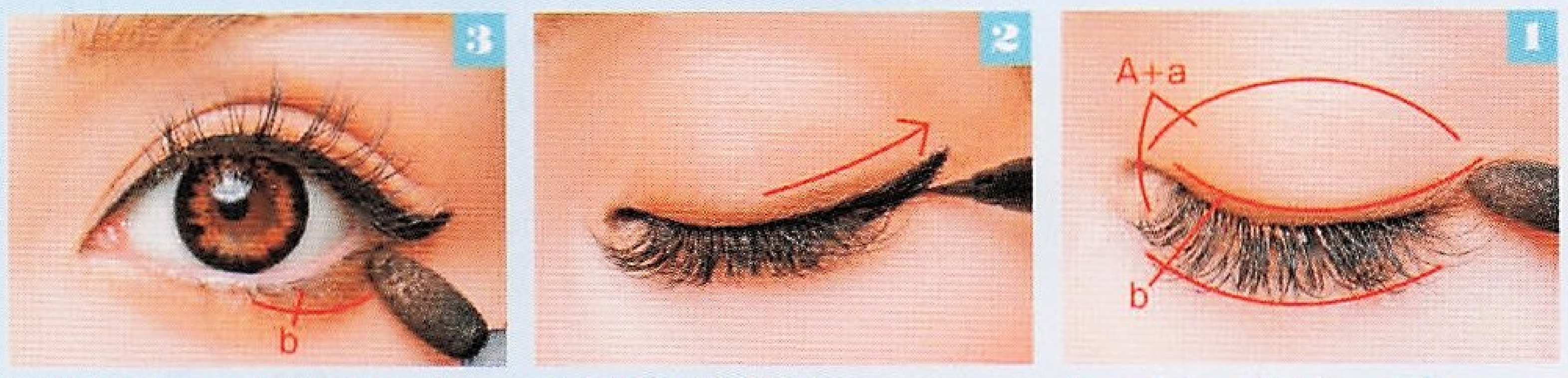
足りない濃さを補い合うラインとシャドーのいい関係



Vivian
カラコンアドバイザー
(32歳／東京都)
独身・子供なし
美咲さん

今日のラインは少し濃い方かな★　細くても目力が出るよう上ラインはシャドーでしっかり下書き♪　下はリキッドで引いてからぼかした方が目力が出る

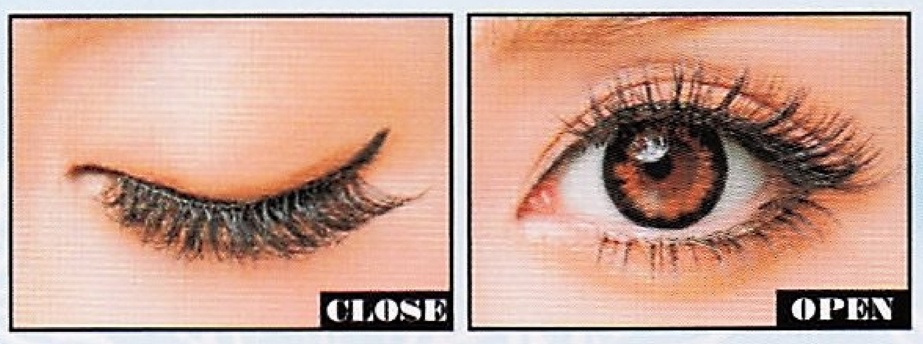
この目の作り方



1 シャドーはヌーディーカラーを重ね使い★
アイホールと涙袋にAとaを重ね塗り。上のキワにはbをライン状に入れる♥

2 全体的に細く目尻は少しだけ太く
Cで上だけ。基本は目のキワをなぞるように細くね。目尻はやや太くハネ上げる♥

3 下はリキッドで引いてからシャドーでぼかす
目尻の下だけCでラインを引くよ。色が濃いとキツいからbでふわっとぼかす



CLOSE　OPEN

カラコンは
ビーハートビーワンデーのキャラメルリボン

Item



A.ミシャ Mデューイ グロッシー アイズ HR　B.リンメル ヌードインザボックス002　C.エム・エス・エイチ ラブ・ライナー リキッド リッチブラック

MERIは 目尻をキュッととがらせて 小悪魔っぽいオトナ目に

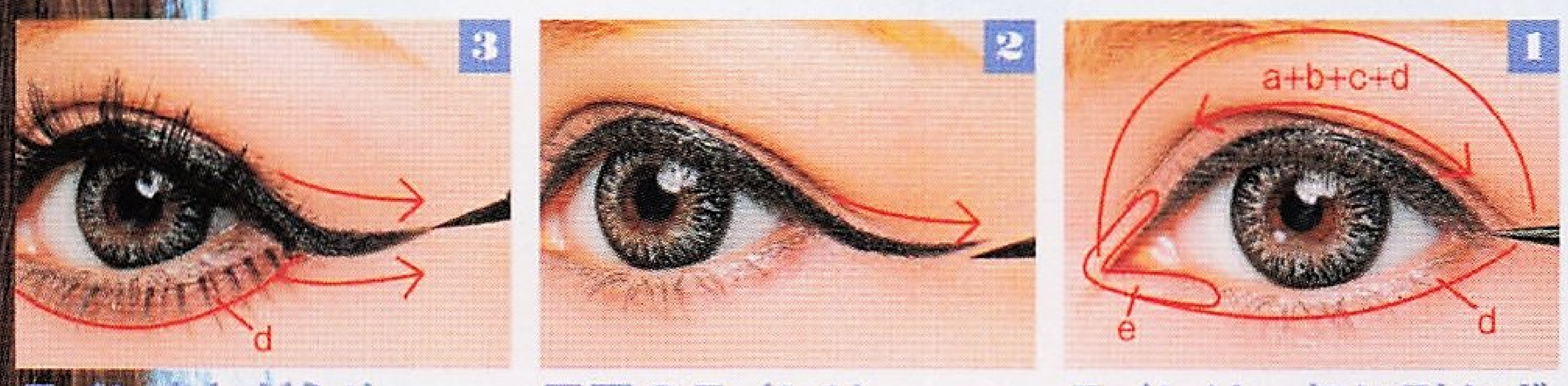
TOKYO NADESHIKOブロガー
(35歳／東京都)
既婚・子供なし
MERIさん

ツンとデレのギャップでオトす魔性じかけのキャツeye♥



バチッとしたつけまに埋もれないように目尻はがっつりハネ上げ♪　下はアイシャドーのみだけど上の印象が強いから、負けないように濃い色をガツッと引く★

この目の作り方



1 ラインは一気に引かずに目尻で一旦止める
a～dでグラデを作る。涙袋にはd、目頭にはe。ラインはBで目頭～目尻まで。

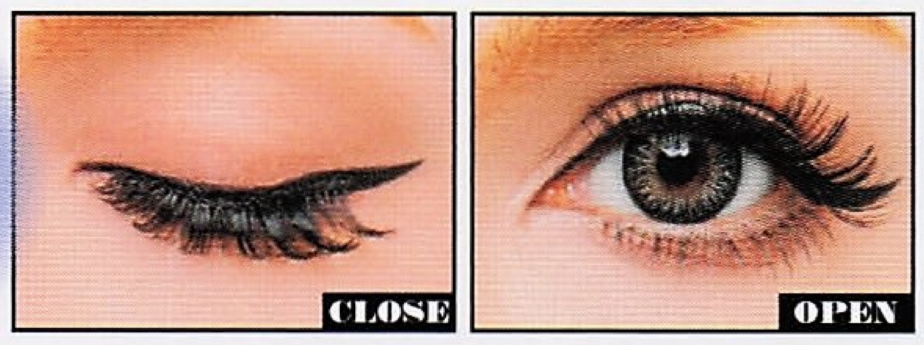
2 目尻のラインは横上めがけて長く
目尻はBで真横に長く、先端は気持ち上げめに引く。この方がラインが目立つ！

3 ラインをとがらせ魔性度上昇！
C装着後に上下を太く描き足す。上に負けないよう、下まぶたにはdを入れる♪

Item

A.リンメル ショコラスウィートアイズ09　B.KATEスーパーシャープライナー A BK-1　C.ダイヤモンドラッシュ セレブeye

カラコンは
ジーニーの銀狼



CLOSE　OPEN

咲は 目尻が下がってきたから ハネ上げラインでリフトアップ

目尻がキリッと強めでも土台が甘めならキツ過ぎない



ヨガインストラクター
(29歳／東京都)
独身・子供なし
真優川咲さん

ラインをハネ上げて年齢とともにタレてきた目尻を目くらまし　丸くて横長な目に見せたいから、下ラインは丸みを意識してちょっとオーバーに引くよ♪

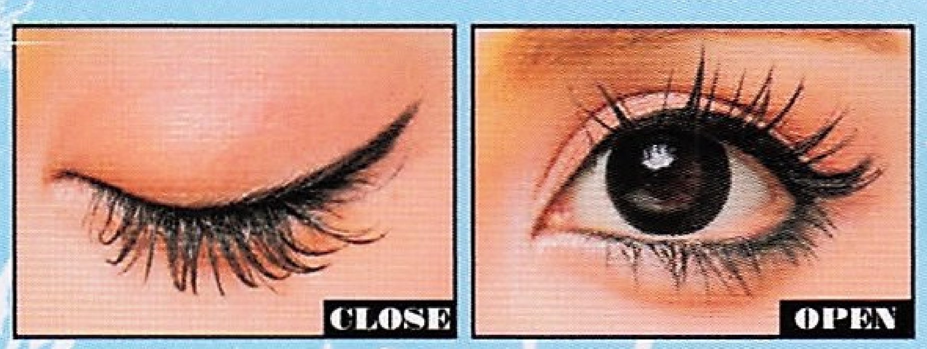
この目の作り方



1 基本のラインは丸く細く♥
aを二重、bをアイホールのフチ、cを涙袋に塗る。Cで目頭から上ラインを引く。

2 下ラインの目尻はやや丸くオーバーに
下ラインもCで目頭～目尻まで。上の目尻とつないだらcdを混ぜた色でぼかす。

3 ラインをぼかして目尻をハネ上げ
Dで目尻のハネ上げライン。先端の位置を決めて上→下に描くと失敗しにくい



CLOSE　OPEN

カラコンは
ブランシュアイのエレガンスブラック

Item

A.ミシャ Mデューイ グロッシー アイズHR　B.M・A・C ルック イン ア ボックス ソフィスティケイト(2015秋 限定品)　C.モテライナー リキッドBK-K漆黒ブラック　D.インテグレート キラーウインク ジェルライナー BR610　E.ミシャ Mデューイ グロッシー アイズFP

りえは 目尻をキリッとハネ上げて のっぺり顔に強さをプラス

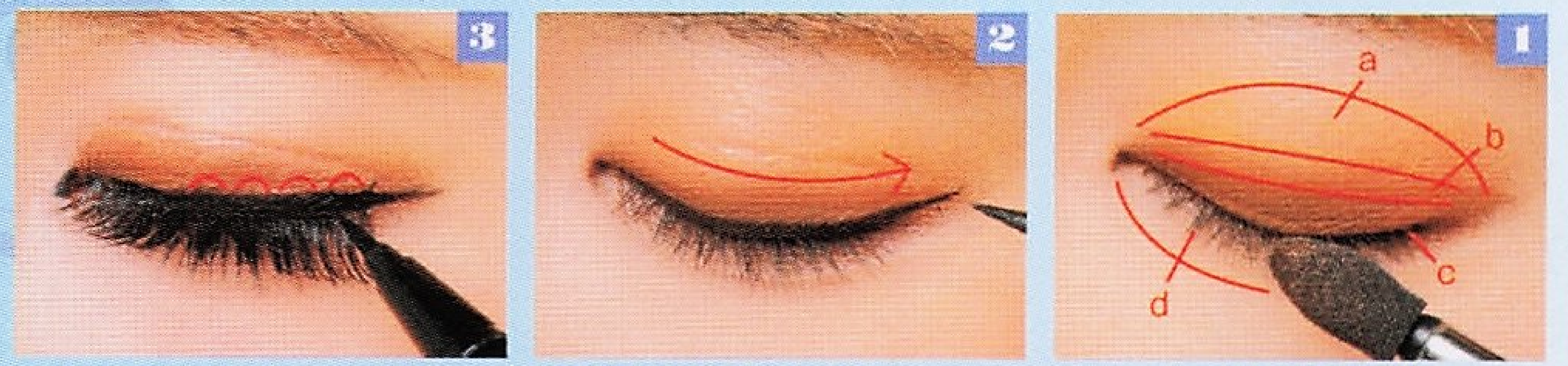
シャドーをヌーディー系に変えたらラインも自然と細くなった✧ ただ薄いだけじゃ盛れないから、目尻をハネてキリッとした雰囲気になるよう意識してる



顔にメリハリつけるには思い切った冒険も必要♥

広島の看護学生（30歳／広島県）独身・子供なし
青木りえさん

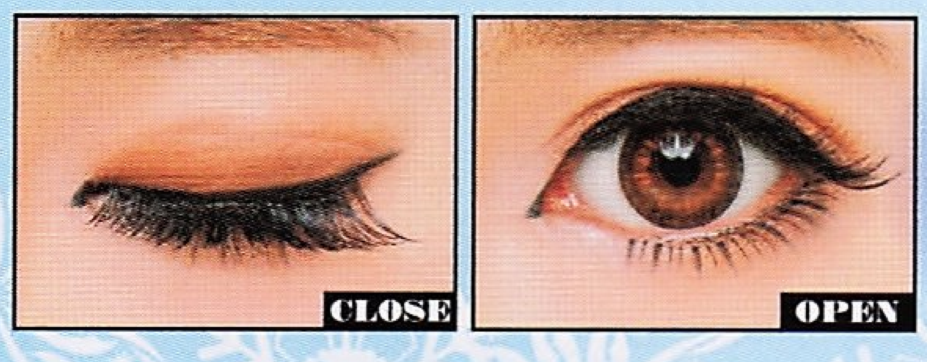
この目の作り方



1 シャドーは目尻側を気持ち広めに塗る
aとbとdでホリを作りcでラインの下書き。上は目の幅、下は目尻側だけ影をつける。

2 目尻はハネながら太くしていくよ♪
ラインはBで目頭側から細めに。目尻だけ少し太くして目尻は流れでちょいハネ♥

3 スキマを埋めとけば細めでも目が締まる✧
Dを装着後、のりの部分と粘膜を黒く塗る。印象が締まるし不自然さも消える★



カラコンは プティアのグレースブラウン

Item
A.NARSアイシャドー 3067 B.ジルスチュアート ベルベットクリスタルアイズ08 C.ベルルド ビジュー リキッドアイライナー BK D.ダイヤモンドラッシュ フェアリーeye

まなかは ツリ目をころんと見せたいから 黒目の上だけ気持ち太く

ラインの存在を薄めたくてリキッドの色をブラックブラウンに変えてみた★ シャドーの色味もラインに合わせてみたら、素肌っぽい丸目に進化したよ



目尻から真横にピッ★ 見えないラインの合言葉

北新地バニラ勤務&美容会社社長（29歳／大阪府）独身・子供なし
まなかさん

この目の作り方



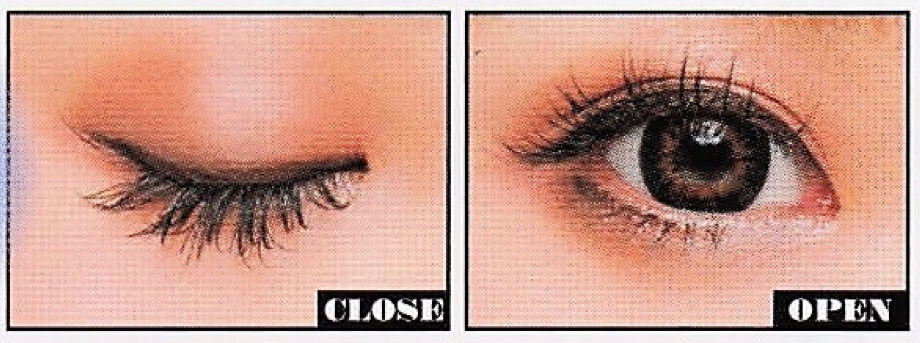
1 ライナーと近い色のシャドーで下ライン
abcの順にシャドー。dを下の黒目～目尻のキワに細く入れてライン代わりに★

2 目尻は横向きにピッと足すと自然
Cで細めに。黒目の上はやや太くする。目の幅で一度止めて目尻ラインを足す✧

3 上下のラインをシャドーでつなぐ
上下ラインの目尻の間にaを筆先で置く。広がりのある大きな丸目になるよ♥

Item
A.ヴィセ リシェ アーバンウィンターランド グロッシーリッチアイズ ウォームアイズ(2014限定品) B.ジル スチュアート リボンクチュールアイズ03 C.モテライナー リキッド TAKUMI ブラウンブラック

カラコンは ジル ハニーバニーのブラウン



りんかは 目頭側を細めに引いて 二重の幅を均等に見せる

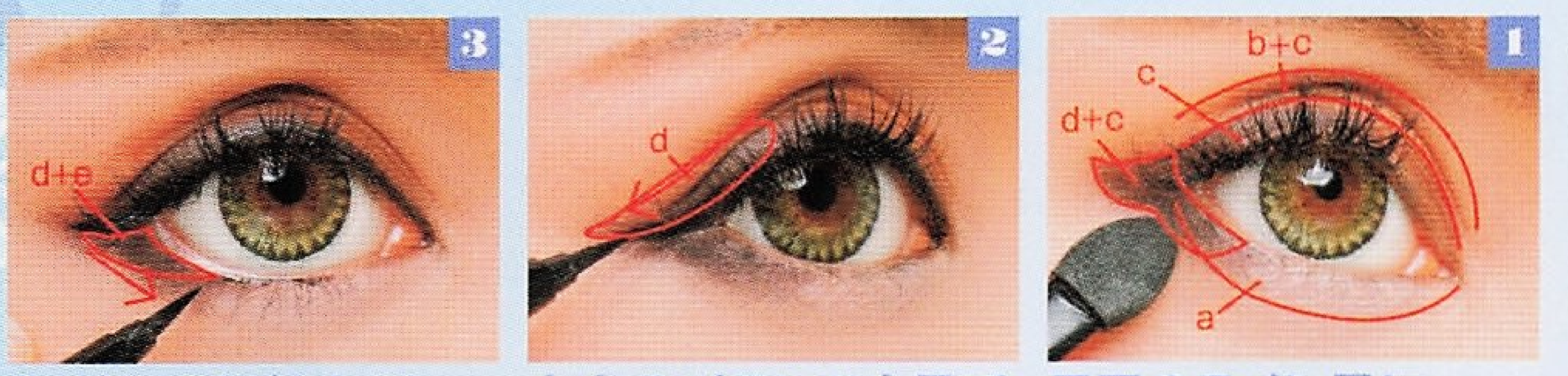
左目の二重が狭いから、右よりラインを細く引いてる★ でも目尻を強調した方が盛れるから、シャドーでぼかして二重が埋もれないように目力UPを狙うよ！



顔の非対称コンプレックスはライン次第で解消できる♥

大宮某店勤務（30歳／埼玉県）バツイチ独身・子供なし
鈴木りんかさん

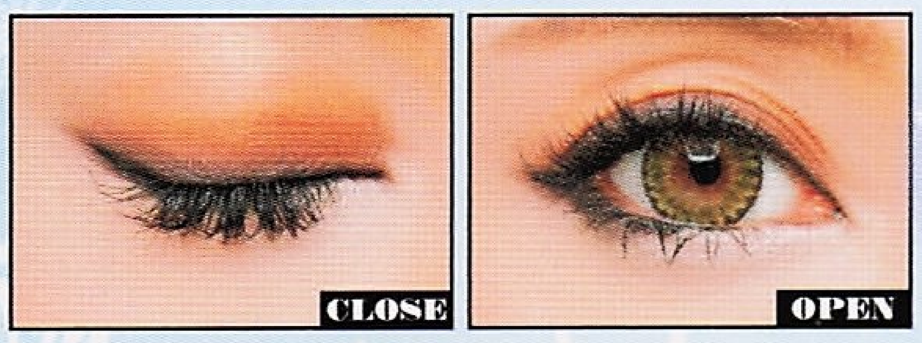
この目の作り方



1 目尻のライン風に下シャドーを入れる
abcの順番でシャドーを塗る。dとeを混ぜて、下の目尻にライン風に入れる♪

2 左右のバランスを見て少しずつ太さを足す
Cでキワに細く引き、左右を見比べながら太さを調整。最後にdで目尻をぼかす。

3 シャドーでぼかして目尻の存在感を強調
黒目の下にCでライン。内→外へ引いて目尻のシャドーとつなげ、deでぼかす。



カラコンは ヴィーナスアイズ ワンデーのヌーディーヘーゼル

Item
A.シャネル レ キャトルオンブル#33 B.シャネル レ キャトルオンブル#52 C.エム・エス・エイチ ラブ・ライナー リキッド リッチ・ブラック

「私、いつでも脱げますけど？」と余裕で言えちゃう
女のヒミツはエステティックTBCのスーパー脱毛✧

TBCな女は 常に ボディが カンペキ
わずかなチョロ毛も許さない！



常に好きな服を着るためには、ムダ毛のお手入れが必要不可欠! とはいえ自己処理は肌を傷めるモト ということで「手早く毛がなくなって肌もキレイになる✧」と評判のTBCの脱毛コースを沙世が体験レポート

PHOTO_Hiroyuki Sato[MAIN], Ryuzaburo Tabata[REPORT]
HAIR&MAKE_Anri Mitsuishi[MAIN] **EDIT&TEXT**_Hironeko-A



沙世が体験したのはこのコース♥

終わりのある脱毛
スーパー&ライト1回体験プラン

1本ずつ永久脱毛する「スーパー脱毛」とスピーディな「ライト脱毛」の2つを組み合わせた最強コース。目立つ毛をスーパー脱毛で処理し、その上からライト脱毛を行うスペシャル仕様だからどんな毛質にも対応!! 確実に脱毛したい人や、ムダ毛がなかなか減らない人でも速攻でツルツルに✧

ライト脱毛の特徴

- 日本人の肌に合わせた自社開発のマシンを使用
- 肌の変化や痛みがほとんど無く、手軽に受けられる
- 短時間で広範囲を一気に脱毛できる！

スーパー脱毛の特徴

- 微弱な電流で1本ずつ毛根を処理。処理した毛穴からは永久に毛が生えてこない
- 日焼けで黒くなった肌の方や、産毛の処理も可能
- 毛が伸びた状態で処理するので、長袖やタイツで隠せる時季に最適

今なら通常価格
11,680円(税込)のコースが
なんと
1,000円(税込)で
体験できる♥

[内容]
TBCスーパー脱毛40本＋ライト脱毛
(Lパーツ:1カ所 or Sパーツ:1カ所＋ライト脱毛1カ所サービス)＋
無料カウンセリング

全国のTBCサロンで体験可能！
いつでも脱げる身体になりたい人は今すぐ予約♥



※[Lパーツ]両ひざ下、両ひざ上、両ひじ上、両ひじ下、背中、お腹、腰 [Sパーツ]両ワキ、Vライン、胸センター、おへそ周り、両ひざ
※サービスのライト脱毛はSパーツの部位から選べます
※TBCがはじめての方、お1人様1回限りの特別価格になります



年末年始も女っぷりMAXに、色っぽく攻める！

LIP SERVICE

Jewelry Lady Style

セクシーなのに媚びない、女が憧れるレディ・スタイルが叶う人気ブランド LIP SERVICE から、真冬の新作が到着。
デコラティブなコートやワンピ、セットアップなど、着るだけでキマるアイテムは、年末年始のイベントにも大活躍！
リップの最新アイテムに身をゆだねて、最高にドラマティックでホットな冬を楽しんで！

Style 01

あったか中綿コートをスリムなフォルムでレディな表情に

着ぶくれしがちな中綿コートを、ツイード風チェック柄とウエストのビッグリボンで美シルエットに昇華。コレ1枚であたたかく、カジュアルにも着まわせて優秀！　チェック柄中綿コート¥16,500、ニーハイブーツ¥11,900／ともにLIP SERVICE

Style 02

ゴージャスなファーがイイ女オーラを放つ絶品ドレスコート

襟と袖のファーは取り外せるから、インナーやアクセ次第で春先まで長く着こなせそう。絶対領域を魅せる丈感や裾のフレア具合も絶妙で、最高に色っぽい！　ファー付きコート¥15,500、ニーハイブーツ¥11,900／ともにLIP SERVICE

PHOTO_Mamoru Morikawa　HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto　STYLING_Tomoko Fujita　MODEL_Sayaka Araki,Kanae Sugiyama　EDIT&TEXT_Rimi Suminaka



Style 05

トレンド小物でモノトーンをアップデート

この時期重宝するニットワンピに、トレンドのつば広ハットやファーバッグをプラス。さらにレディなファーコートを羽織って、“こなれた冬のモノトーン”が完成！ ビジューボタン付きファーコート¥16,500、ボーダーニットワンピース¥5,700、ハット¥4,700、ファーバッグ¥7,500、ビジュー付きパンプス¥8,900／すべてLIP SERVICE　タイツ／スタイリスト私物



Style 03

レディな花柄をダッフルコートで大人っぽくハズして

カジュアルな印象が強いダッフルだけど、ライトベージュを選べば、女っぽいスタイルのハズしとしても使えて◎。ダッフルコート¥15,900、フラワー柄チュニック¥5,700、スカート¥5,900、バッグ¥8,500、バッグに付けたファーチャーム¥1,500／すべてLIP SERVICE　タイツ／スタイリスト私物



Style 04

スタイルアップなSet up ペプラムシルエットで女っぽいスタイルに！

肩の切り替え＆ペプラムデザインでスタイルアップ効果も抜群✧　差し色でボルドーを加えれば、コーデに深みが出て色っぽく仕上がる。ペプラムツイード風トップス各¥5,900、スカート各¥5,500、（右）パールピアス¥1,900、バッグ¥8,500、（左）ハット¥4,200、ビジューネックレス¥2,200、ニーハイブーツ¥11,900／すべてLIP SERVICE　タイツ／スタイリスト私物

INFORMATION

1/1 Fri～
（一部店舗1/2sat～）

『選べる Happy Bag』販売開始！



アウターとアイテムを自由にセレクトして、ビッグな BAG に IN！

入れるアイテムの点数によって２種類から選べるよ。
これは並んででも手に入れたい！

Happy Bag （A）
アウター＋BAG＋２アイテム
MAX ¥40,000 →¥10,000（税抜）

Happy Bag （B）
アウター＋BAG＋３アイテム
MAX ¥48,000 →¥12,000（税抜）

LIP SERVICE 【HP】http://lipservice.jp
【問い合わせ】リップサービス ☎ 03-6433-5785



荒木の連載 其の伍

タイトルはまだない(募集中)。

Special

STYLE: 01

歳を重ねるごとに上質なものが好きになった
それがたまたま有名ブランドってだけ

今回のテーマ

「私の30年と、今と、これからと」

撮影シーズンにつき来日中(笑)、11月某日の荒木です、こんにちは。今回はファッションと、私の近況報告。私物をミックスしたコーディネートでより私っぽさを出してもらったのと、仕事に対しての想いをインタビューしてもらいました。最近の私、こんな感じです。

PHOTO_Kosuke Nakashima(PEACE MONKEY)
HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto
STYLING_Yoko Tsutsui(PEACE MONKEY)
MODEL&TEXT_Sayaka Araki
EDIT&TEXT_Haruka Noda(P61-64),Midori Sasaki(P65)

バーキンとルブタンのパンプスは身につけるだけで気分が上がる。プチプラアイテムと合わせたってピリッと引き締まって、魔法がかかったような気持ち。コート¥17,990／GYDA 渋谷109店 ニット¥3,900／ROYAL PARTY パンツ¥9,000／EGOIST ルミネエスト新宿店 ヴィンテージファー帽子¥9,800《税込》／Qoo エルメスのバーキン、クリスチャンルブタンのパンプス／ともにモデル私物



STYLE

02

普段ワンピースもスカートも着ない
でも違う私に変身するみたいで、実は好き

昔はミニワンピとか着てたけどね、ここ数年は99%パンツスタイル。だから撮影で着せてもらうと新鮮な気持ちになれて、実はちょっと気分が上がるアイテムなんだ。ファーベスト￥39,800／BARAK 渋谷109店 ジャケット￥9,900／SPIRALGIRL　ワンピース￥8,900、ブーティー￥13,800／ともにDURAS ヴィンテージ シャネルのチェーンバッグ￥298,800《税込》／Qoo



STYLE

03

買い物はメンズアイテムもチェック
〝カッコいい〟が好きな私に合うから

このサングラスもメンズもの。メンズのほうがパンチ効いてるアイテムがあったり、シンプルだけどカッコよかったりして、好みのものが見つかることも多いから。アウター￥9,800／FIG&VIPER カットソー￥5,900、スカート￥6,900、マフラー￥5,900／すべてEGOIST ルミネエスト新宿店　バッグ￥5,500／BARAK 渋谷109店　パンプス￥9,800／ESPERANZA ルミネエスト新宿店　タイツ／スタイリスト私物　Dior hommeのサングラス／モデル私物

STYLE:

04 最近よくハットかぶってるかも シンプルコーデの日にちょうど良いアクセント







ハットの中でも特にツバが広めの、大きいサイズのものが好きだな。そのほうがメンズっぽく仕上がるし、タイトなコーデのときに程よいメリハリ感が出る。ニット¥8,990／GYDA 渋谷109店　スカート¥7,900／BARAK 渋谷109店　ハット¥7,900／DURAS　ヴィンテージ FENDIのバッグ<ショルダー付き>¥49,800《税込》／Qoo ブーツ¥8,900／R&E



STYLE 05

冬でも海を感じさせるラフなスタイルが一番私らしい

今日の中では一番私服に近いコーデ。着てて気持ちいいゆるアイテムって好きだし、デニムも好きだし、シルバーアクセも好き。冬だけど"海"って感じが[illegible]ニットポンチョ¥6,500 BARAK 渋谷109店 デニムパンツ¥15,990 ピアス¥2,390 ともにRCWB(バロックジャパンリミテッド) バッグ(ショルダー付き)¥7,990 GYDA 渋谷109店 パンプス¥6,900 ESPERANZA ルミネエスト新宿店

年齢にふさわしいスタイルなんてない
私は一生、派手な見た目で生きていく♥

12月22日はさやかの誕生日！ 人間歴は31周年、モデル歴は11周年に突入♥ モデル生活、丸10年を振り返りつつ、生き方や考え方の変化、モデルとしての意識の変化、そしてこれからの荒木のこと、とことん語ってもらいました！

「"私は私"を貫いているのが今の荒木さやかスタイル」

――12月で31歳になるけど、今の気分は？
29歳のときは「ついに30歳かぁ、早いなぁ」くらいで、今も「ついに31歳かぁ、早いなぁ」みたいな、特になにも変わらない。
――でも30年って長いよね。
長いね。よく生きてきたよね。
――モデル以外の仕事は特に変わらず？ 今後の夢とかある？
仕事はDJとまつエクだけ。それ以上の手は増やさないよ。でも、将来的には海外に住みたいな。そのくらい大ざっぱな夢。
――どの国に住みたい？
今テロとかいろいろあるからなぁ。でもやっぱりアメリカかな。マイアミが好きだよ。うん、マイアミがいいね。1年中あったかいから。ビーチ沿いに住みたいな。金髪で（笑）。
――そういえばモデル歴、何年になる？
小悪魔agehaに出たのが20歳のときだから、11年目？ 当時私はまだキャバ嬢で、agehaがキャバクラ情報誌だと勘違いしてたから何も思わず撮影行ってた。店の人に強制的に連れて行かれてたから「なんでこんな忙しい日にわざわざ行くの？」って思ってた（笑）。意識が変わったのは専属になった頃かな。名前がリオナから荒木さやかになった頃。どう意識が変わったかは覚えてないけど。
――そろそろ姉のほうが長い？
姉が5周年でしょ？ そしたら小悪魔agehaとちょうど半々くらいかな。最初の5年間は雑誌出始めだから気持ちが新鮮だし、自己満的優越感もあって若干天狗？ だったかも（笑）。小悪魔agehaが全盛期で超売れてたから自分の顔も売れてくるわけでさ。その瞬間が楽しかったから先のことなんて何も考えてなかった。仕事は順調、撮影もある、毎日充実してんな♥ みたいな。けど自分のことをモデルとは思ってなかった。ちょっと雑誌に出てる普通の子くらいの意識。ただ運がいいとは思ってる。モデルっていうほど身長が高いわけでもなければ、ずば抜けて足が長いわけでもないからさ。
――今はモデルという自覚がある？
ん一難しいな。普通のファッション誌のモデルさんとはちょっと違うからその表現がしっくりこないのかな。でもここまで続けてこれたってことは、この仕事でがんばらなきゃって思ってるよ。姉に出てからの5年はちょっと大人になって「これでいいのか私？」とか「モデルとは？」って考える時期もあったしね。「私は一生ギャルでいたいけど、世の中はそれを求めてないのかな？」とか。「周りは成長して、私だけ成長してない？ 合わせなきゃダメ？」とか。そういう時期を経て「私は私、コレで行こう」を貫けるようになったの。それを「いい」って言ってくれる子がいるうちはこのままでいっか、変えなくていいんだなっていうのはある。

自由に生きてもいいっていう見本になれたらいいよね♥

――姉agehaでの5年で、だいぶ自分が確立された？
私は私っていうのがすごい確立された。小悪魔agehaのときって、今こういう髪型が流行ってる、こういうまゆげが流行ってる、みんなに合わせなきゃ！ とか、これに乗っかってたらダサくない、間違いない！ っていう意識があったんだよね。でも姉に移ってからはそういう何かにすがるような価値観がなくなったっていう自覚があるの。海外に行って枠が外れた。
――枠の外に出てみないとわからないことってあるんだね。
うん。昔はみんなの輪から外れるのが怖くて足並み揃えてたのかな。限られた枠の中でがんばっている自分がいたんだけど、枠から飛び出してみて初めてそれがいかに小さな世界の出来事だったかがわかった。1カ月に1回海外へ行く生活になって、それが今2年くらい続いてて。現地の人や文化に触れていくうちに感覚が変わってくるんだよね。金髪には金髪のまゆげが当たり前だとしてもそれはみんなの思うかわいいであって、私は金髪に黒いまゆげがかわいいと思うからそうしてるし。大人になって落ち着いていくのは当たり前だけど、私は歳をとってもずっと派手でいたいの。だからそういう感覚全部をひっくるめて、姉agehaでみんなからどう思われたいかっていうのはない。でも、自由でもいいんだよってことがみんなに伝わればいいなとは思う。歳だから髪色暗くしようとか、結婚しなきゃとか、落ち着かなきゃとか、みんな気にするじゃん。私、実家が結構田舎なんだけど、帰ったらみんなそうなんだ。でもマジで関係ないと思うんだ。
――ついつい世間軸で考えてる自分がいるけど、確かにそうかもしれない。
普通ってなに？ 私の決めた普通では50歳で金髪でもいいんだ。「あなたの普通はなんですか？」ってなったときに、世の中は一般的な感覚や価値観を持ちだしてくるわけじゃん。そうなった時点でダメなんだ、人目を気にしたら他人のルールで人生を生きることになっちゃうから。
――なんか今すごくいいこと言った。
そう？ そういう宗教作ろうかな。みんな金髪にしなとか言って（笑）。「何歳までに結婚したい♥」はいいと思うんだ。それが「しなきゃヤバイ」とかになるとどうなのかなって。大切なことは最終的に自分が幸せかどうか。周りに言われるからどうのこうのとか、ちっちぇえええええ！ 誰かになんか言われたから結婚するの？ 金髪やめるの？ 自分の意思は？ って感じ。ブログのコメント欄に「子供がいて、ヒールを履いていると近所の目が…」って相談されたりするんだけど、むしろ子供連れてヒールとか私的にはすっげえカッコイイって思う。そんなこと言うやつと仲良くしなきゃいいよ。なんか言われたところで「だからなに？」で終わり。

小さな選択の積み重ねで人生はできているんだと思う

――確かに、今の環境に居心地の悪さを感じているなら、もっと自由に生きるという選択肢もあるよね。
そうだね。生き方にルールはないからね。1回きりの人生だもん、今どっちを選ぶかですべてが変わってくるわけだからさ。コンビニ行くか行かないか。飲みに行くか行かないか。コンビニでなんか買って食べたら太るかもしれない。でも食べたら幸せは感じられるとか。飲みに行かなきゃ明日はすっきり起きられる、でも飲みに行ったらいい話につながったとかさ。人生って、どっちを選ぶかの繰り返し。
――何を選んでいくかには自分が表れるし、そうやって人生ってできているんだね。
結婚してたら少なからず相手のことを考える必要はあるだろうけど。それでも「この結果がいい！」って自分で納得して選びたいよね。あの人にこう言われたからこうしたら悪い結果になった〜とかさ、本人も聞く方も一番だるいパターンでさ。なにかあっても自分に矢印を向けることによって、事実を受け止められるじゃん。
――自分で決めれば失敗しても納得いきそうだしね。
そう。そんな私は今からコンビニ行くけど（笑）。行くか行かないか、行ってくるわ！ っていうノリ（笑）。

モデルにならなきゃよかったと思った時期もあった

――さやかは結婚したい人とかいないの？
今1年半くらい彼氏いなくてその辺は何も考えてない。結婚はやりたいことやり尽くしてからでいいかな。結婚するとできなくなることもあるじゃん。私はまだやりたいこといっぱいあるし。
――子供はほしい？
ほしいよ。まぁでもご縁があればかな。機会がなかったらひとりで生きて行くのもよし。
――昔は結婚したいとか子供ほしいとか言ってた荒木さんがねえ。
振り切ったんだろうね。
――こうしていきたいとかもないんだね。
自由に生きていかなきゃダメ体質だからない。そのときそのときの思いつき。
――モデルになってなかったらどんな人生だっただろうね。
それはそれで幸せに暮らしてたかもね。モデルになれたのはラッキーだったなとは思うし、モデルとかいいなぁって人は言うかもしれないけど、モデルであればこそ降りかかってくる嫌なこともあるもん。一見華やかな生活に見えるかもしれないけど、華やかな部分しか見せないのが仕事だから。
――意味深ですね。
人生は平等にできてるってことが言いたかったの。モデルはしんどいよって偉そうに言ってるんじゃないよ。何かを手に入れると、その"何か"の大きさにふさわしい嫌なことも一緒についてくるんだよっていう。モデルやんなきゃよかったとか、モデルやめてあのときあの人と結婚しとけばよかったと思ったことなんて何度もある。
――さやかでも後悔を感じたりするんだね。
考えた時期もあったね。今は思わないよ全く。今はこれでよかったと思うけど。人生みんな釣り合いが取れてるんだよなと思うの。ささやかな幸せのなかにちょっと嫌なことがあるか、モデルみたいな華やかな世界で派手に暮らして、その代わりにそれなりの嫌なことを味わうか。雑誌に出始めの頃とかは、嫌なことがあるたびにネガティブになって、agehaに出なければって超思った。でも今は何が起きてももう大丈夫、何でも来い。いろいろ乗り越えてきたからこれ以上落ちることはないと思うの…って言ってて落ちたこともあったけど。あとはもう自分が死ぬくらいしか落ちることはないんじゃないかな（笑）。
――強くなってきてるんだね。
そう。物事に対して逃げていいところと、考えるべきところっていう判別がつけられるようになったかも。臨機応変になったのかな。
――話は変わるけど、荒木の連載でなんかやってみたいことってある？
読者の子に何やってほしいか聞きたい！ これまでにやりたいことは散々やらせてもらってきたから、自分が「これやりたい」じゃなくて、読者の子は何を求めているのかなって気になる。このテーマでしゃべって欲しいとか、これやって欲しいとか。募集したい♥
――バンジージャンプしてほしいとか具体的なことでもいいの？
うん。なんでもいい。選ばせては頂くけどね（笑）。
――最後に、これからはどんなことを楽しんでいきたい？
どんなこと？ 人生でしょ！ 荒木さやか31歳。嫌なことも悪いことも含めて、楽しんでいけたらいいなと思います♥

私たちの最愛グラマラスブランドRESEXXYの冬は

ベーシックカラーで色っぽ“オトナ女子”

強く、色っぽい“オトナ女子”になるにはベーシックカラーを華やかに着こなすのが近道！
RESEXXYの服に漂うセクシーさがあれば、シンプルなアイテムだけでスタイリングしてもこんなにオシャレに仕上がりました♡



落ち着いたキャメルなら
オトナの上品さが出て艶っぽく

ボリュームのあるファー襟が
アイボリーの甘さをゴージャスに格上げ

PHOTO_Kosuke Nakashima(PEACE MONKEY) HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto
STYLING_Yoko Tsutsui(PEACE MONKEY) MODEL_Sayaka Araki,Kanae Sugiyama EDIT&TEXT_Haruka Noda

ベルトはリボンタイプとバックルタイプの２本付き。かわいく着るならリボン、クールに着るならバックルで表情を変えて。[右]コート¥13,990、[左]コート¥13,990／ともにRESEXXY



鎖骨が見える首元のカッティングもセクシーさの元。ニット¥5,990、パンツ¥6,990、サングラス¥3,490、パンプス¥7,990／すべてRESEXXY



スカートに存在感があるから他はシンプルにまとめてオトナの余裕を見せて。ニット¥5,990、スカート¥5,490／ともにRESEXXY　タイツ／スタイリスト私物



タイトなシルエットも攻めポイント。あえてアクセなしで抜け感を作るとバランス良し。ワンピース〈福袋限定アイテム〉／RESEXXY　タイツ／スタイリスト私物



ゆったりシルエットのアウターを羽織るだけで一気に今年っぽいコーデに。コート、ワンピース〈ともに福袋限定アイテム〉、パンプス¥11,990／すべてRESEXXY　タイツ／スタイリスト私物

RESEXXY INFORMATION

INFO 01: 新年第一弾！お得なセット販売スタート！

このページ右上のかなえ着用シャギーニット・ボーダースカートと、左上のさやか着用ストライプニット・パンツ全4種類のお得なセット販売を2016年1月1日（一部店舗は1月2日）よりRESEXXY全店とオンラインショップにてスタート。選べる組み合わせで、トップス×スカートなら通常¥11,480→¥7,500、トップス×パンツなら通常¥12,980→¥8,500にディスカウント。色違いもあるからお好みでコーデしてみてね♡

INFO 02: 2016年限定福袋発売決定！

お正月といえば福袋♡　今回もRESEXXYオリジナルトートバッグの中に¥35,000〜¥40,000相当のお洋服5〜6点が入っている豪華な内容で¥10,000！　このページ右下のさやか着用コート・ワンピースと、左下のかなえ着用ボーダーワンピースの3点は必ず入ってるよ！　2016年1月1日（一部店舗は1月2日）より店頭にて販売スタート！



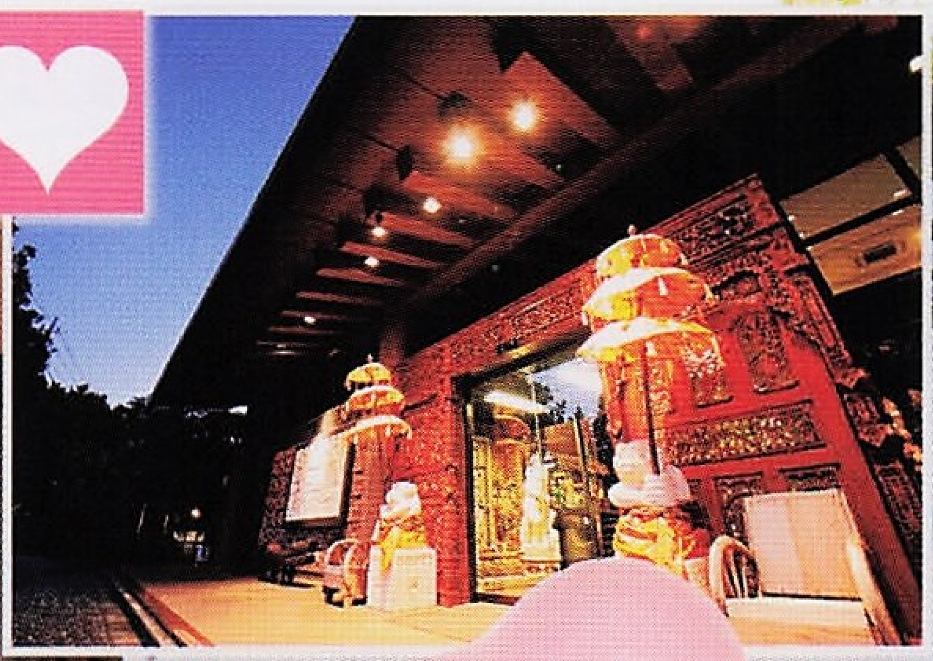
OFFICIAL WEB STORE http://runway-webstore.com/resexxy/

OFFICIAL SNS Instagram: RESEXXY_OFFICIAL　Twitter: @RESEXXY　Facebook: @RESEXXY　BLOG:【RESEXXY MODELS】で検索♥

PRESENT no.01

アンダリゾート伊豆高原より ホテルペア宿泊券♥







問アンダリゾート伊豆高原
0120-759-026
http://www.andaresort.jp/

問アンダ別邸 伊豆一碧湖
0120-759-124
http://www.andabettei.jp/

伊豆にいながら気分はバリ島旅行✧

写真のアンダリゾート伊豆高原はバリ風で統一されたリゾートホテル★　温泉やエステなど施設も充実✧　アンダ別邸一碧湖は森の中に佇む、プライベート感覚のガーデンホテル♪　広々とした客室と庭園はまるでバリ島にいる気分に☺

注意事項
※賞品はアンダ共通ペア宿泊券（1泊2日）・2日目の朝食付きとなります。※ホテルまでの往復交通費・賞品以外の食事・土産代などは含まれません。※アンダリゾート伊豆高原、アンダ別邸伊豆一碧湖のいずれかをお選び頂けます。※宿泊可能日：年末年始（12/27〜1/5）や春休み（3/21〜4/6）など一部除外日を除く、平日限定(月〜金)。※有効期限：2016年5月末

1組 2名様

ハイブランドアイテム♥

各1名様



MARC BY MARC JACOBS バッグ

派手なドットがかわいいショルダーバッグ♥

ピーチピンク×黒が印象的でコーデのアクセントにもなるよ✧　外側に1つ、内側に3つポケットがついているから、細かいものを分けてしまえて収納力バツグン☺



Chloe トートバッグ

たっぷり入る人気のピンク色♥

クロエのバッグは荷物がたっぷり入るトートタイプ★　サイドにもファスナーポケットがついてるよ♪　大人気のテラコッタピンクをプレゼント♪

問姉agehaブランドモール
☎03-6805-1903　http://www.rakuten.co.jp/onesanagehabm/



専属モデル(32歳／東京都)
独身・息子1人
早川沙世

(沙世) フロントドレープベアドレス¥13,000、3連パールネックレス¥4,500／ともにJEWELS PROM　オープントゥパンプス¥8,900／sugar　(さやか) アシンメトリーホルタードレス¥8,400／JEWELS PROM　オープントゥパンプス¥8,900／sugar　(莉菜) フラワーレースタイトワンピ¥18,500／sugar

〈個人情報の取り扱いについて〉
プレゼント応募でご記入いただいた個人情報（住所や氏名など）は、当選者へのプレゼント賞品の送付、今後の企画の参考、アンケート依頼の目的で使用させていただきます。

よろしくの気持ちを込めて❤

豪華プレゼント

締切2016年2月6日必着♥

しいプレゼント番号を書いて応募してね♪

PHOTO_Nobuyuki Sasaki　**HAIR**_Emiko Matsumae[SAYO, KEIKO, SAKI, YUUKA], Yuko Nozaki[RINA, KANAE], Anri Mitsuishi[SAYAKA]

PRESENT no.02

Best Delight HOTEL & SPA Groupより

女子会プラン1万円分招待券♥

Best Delight HOTEL&SPA Group





Best Delight
HOTEL &SPA Group
☎06-6351-2578
http://best-delight.com/



10名様

スパリゾートホテルで女子会を♥

いつもと違う雰囲気で女子会をしたいならココ★　1万円分の招待券でいつもよりリッチなプランを堪能しちゃおう♪　対象の女子会プラン以外にもいろんなプランがあるから、各プランの詳細はHPをチェックしてね

注意事項
※賞品は女子会プランで使える1万円分の特別ご招待券。※ホテルまでの往復交通費・賞品以外の食事・土産代などは含まれません。※Best Delightグループのホテルからお選び頂けます。※プラン料金が1万円以下の場合、差額は換金できません。※メンバー割引・他割引券との併用はできません。※ご利用可能日：特別料金期間を除く全日程利用可。

専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし
荒木さやか

PRESENT no.03

姉agehaブランドモールより



シンプルなデザインで長く使える逸品♪

使えば使うほど味がでる、クロコ調レザーがかっこいい長財布★　カードポケットがたくさんついてるから、ポイントカードが多い人も安心

MIUMIU　長財布



MARC BY MARC JACOBS
長財布

黒×白のバイカラーに金プレートが映える♥

カウスキンのキルティングレザーに大きめのゴールドロゴプレートがかわいい♥　ファスナーの持ち手が長めになっているから、開閉しやすいよ♪



専属モデル（32歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

総額約100万円相当 34名様に当たる!!

5年間のありがとうと、これからも

5周年記念

姉agehaもついに5周年!!　ここまでこれたのもいつも応援してくれる皆様のおかげ♥　感謝の気持ちを込めて、豪華なプレゼントを用意しました!　巻末のハガキに欲

no.05 IMLより ジェルネイルキット♥

1名様

セルフジェルネイル
したいならまずコレ♥

自宅でジェルネイルをするのに必要なアイテムが揃ったJellyNailのスターターキット♥ カラージェル2色付きで、届いた日から即実践できる★

問株式会社IML
☎0120-525-213
http://www.i-m-l.jp/



no.04 イノベイションより 脱毛器♥

1名様



20分で全身のムダ毛処理が可能★

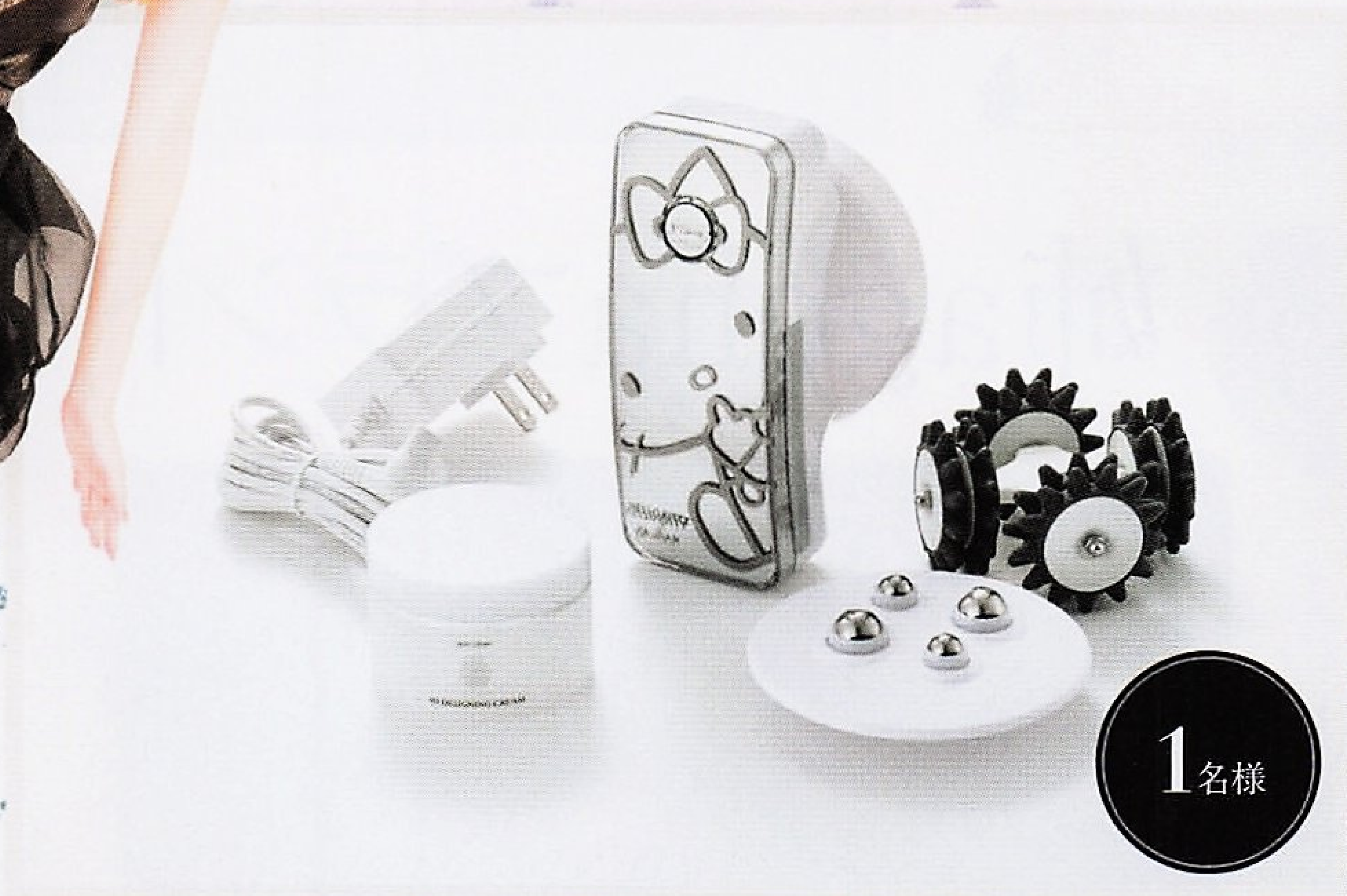
英国製光美容器「スムーズスキンGOLD」が新登場★ 簡単操作でムダ毛の気にならない肌に♪ パワーは肌色に合わせて10段階から自動調整してくれる✧

問イノベイション株式会社
☎03-5220-2251
http://www.smoothskin.jp



専属モデル(30歳/東京都)
独身・子供なし
杉山佳那恵

no.07 ヤーマンより ボディ用美容機器♥



1名様

ハローキティとボディケアしよう♪

8個のローラーが高速回転して気になる部分の揉み出しができる「アセチノクワトロインパクト」★ 防水仕様でお風呂でもOK☺

問ヤーマン
☎0120-776-282
http://www.ya-man.com/

no.06 CASIOより 腕時計♥

1名様

腕でキラリと輝き
ワンランク上の女性に✧

SHEENの最新作は、12色のスワロフスキー®・クリスタルが散りばめられてジュエリーのよう♥ ライトを付けると一粒一粒輝くよ✧

問カシオ計算機株式会社
☎03-5334-4869
http://www.sheen.jp





専属モデル(25歳/東京都)
独身・子供なし
小原優花

no.08 アンプリーより 水素水ボトル♥

1名様



高濃度水素水が外でも手軽に飲める♪

充電式携帯型水素水生成器「ジームスシルキー」★ 3分で水を電気分解して高濃度水素水が作れる✧ 別モードで濃度アップも可能☺

問株式会社アンプリー
☎03-3567-8666 http://gyms.co.jp/silky.html

no.09 アンプリーより シャンパンパック♥

3名様



芳醇なワインの香りで癒しのパックタイム♥

「オクシェル」はスパークリングワインのような豊かで細かな泡立ちのパック✧ 抗酸化成分を含むからアンチエイジング効果も♪

問株式会社アンプリー
☎03-3567-8666
http://www.o-cshell.jp/

(優花) デコルテビジュー付きタイトミニドレス¥4,980《税込》/ dazzy レースオープントゥパンプス¥10,800 / JEWELS PROM (佳那恵) 変形コクーンベアドレス¥16,000 / JEWELS PROM オープントゥパンプス¥8,900 / sugar

PRESENT no.11

dazzyより ロングドレス♥



1名様

視線を集める
ゴージャスドレス✧

ダマスク柄の刺繍の上にスパンコールやビーズを装飾して、高級感アップ♥ 裾のチュールがふわりと広がってキレイなマーメイドラインに✧

問dazzy
☎03-5422-8818
http://dazzystore.com/

大粒ビジューネックレス
¥5,292／sugar

PRESENT no.10

JEWELS PROMより ドレス&ネックレス♥



1名様

フレアなAラインで
大人ガーリーに♥

胸元のレースが上品さを、Aラインのシルエットがかわいらしさを演出♥ セットのパールネックレスはシンプルだからどんなドレスにも合うよ♪

問JEWELS PROM
☎080-7853-9860
http://www.jewels-prom.net/



専属モデル(31歳／滋賀県)
既婚・息子1人・娘2人
けいこ

(けいこ) レースAラインベアミニドレス¥5,980《税込》／dazzy リボンオープントゥパンプス¥15,800／sugar (早紀) レースオフショルドレス¥12,000、シンプルパールネックレス¥2,500／ともにJEWELS PROM オープントゥパンプス¥8,900／sugar

PRESENT no.13

Delyle NOIRより ワンピ&ティペット♥

各1名様

お目立ちとかわいいの
いいとこ取りワンピ♪

まるで花束のようなミックスフラワー柄は、どこへ行っても注目の的★ この冬へビロテのファーティペットもセット♥ ※色はお任せ下さい。

問Delyle NOIR 渋谷109店
☎03-3477-5053
http://delyle.jp



PRESENT no.12

DaTuRaより コート&ワンピセット♥



2名様

派手ワンピ×ファーで
バブリーコーデ★

レースやバラがあしらわれたセクシーなタンクワンピに合わせるのは、ファー付きニットコート♥ ゆるっと肩出しして色っぽレディに格上げ♡

問DaTuRa 渋谷109店
☎03-3477-5059
http://www.datura-web.jp



専属モデル(30歳／東京都)
独身・子供なし
加賀美早紀

PRESENT no.15

LIP SERVICEより コート&上下セット♥



2名様

レディとカジュアルの
上手な組み合わせ方♥

カジュアルなダッフルコートと、レディな花柄チュニックが今っぽい♡ スカートもセットだよ★ コートの着脱で変わる雰囲気を楽しんで♪

問LIP SERVICE
☎03-6433-5785
http://lipservice.jp/

PRESENT no.14

RESEXXYより ファー襟コート♥

各1名様

これが今冬イチオシの
愛されコート♥

ボリューミーなファー襟コートはかわいいだけじゃなくて、小顔効果も狙えちゃう♡ 寒い冬でも外出が楽しくなるね♪ ※色はお任せ下さい。

問RESEXXY
渋谷109店
☎03-3477-5098
https://resexxy.com



姉agehaブランドモール

クリプレにも自分へのご褒美にも♥

年末スペシャルSale!!

MAX 65% OFF

がんばったご褒美に、新年へ向けてのモチベーションアップに自分へプレゼント♥ 本物のハイブランドを新品でオトクに買えちゃう年末年始スペシャルをお届け✧

姉agehaブランドモールから、初登場のDaTuRaもチェック!

PHOTO_Nobuyuki Sasaki HAIR&MAKE_Yuko Nozaki EDIT&TEXT_Rimi Suminaka,Yu-ka Mizuno

※P72～75の商品はすべて税込価格表示になります。

Sale 1

5,000円以下で買える ブランドアクセサリー

コーデをランクアップさせるブランドアクセを驚愕のオフ率で大放出！ 定番の人気アイテムから今季の新作まで、これは早いもの勝ち～





身につけるだけで自信をくれるハイブランドアクセ✧

60% OFF

ハートピアス

ブティック通常価格¥9,720

➡姉ageha限定価格 ¥3,800

小ぶりのシンプルなデザインでも、ハート型でキュートさをアピール♥ どんなシーンでも使える♪

ヨガインストラクター（29歳／東京都）独身・子供なし

真優川 咲さん

65% OFF

リングネックレス

ブティック通常価格 ¥14,040

➡姉ageha限定価格¥4,800

ブランドロゴ入り3連リングのネックレス。ブラックはクールな印象だから彼へのプレゼントにも♥

マークバイマークジェイコブス

MARC BY MARC JACOBS

50% OFF

エナメルロゴピアス

ブティック通常価格 ¥9,720

➡姉ageha限定価格¥4,800

エナメル×ゴールド素材が立体的で、小ぶりでも存在感◎。さりげないロゴ入りで主張せず大人っぽい♪



どんなスタイルにも合わせやすいから毎日愛用できる♥

専属モデル（32歳／東京都）独身・息子1人

早川沙世



42% OFF

ヘアアクセ

ブティック通常価格 ¥4,860

➡姉ageha限定価格¥2,800

3本セットのゴムアクセは今季の新作☆ ヘアアクセとしてはもちろん、ブレス使いしてもおしゃれ。



ブラックがきいて大人っぽくてモードなブレスレットの重ねづけ

49% OFF

ブレスレット

ブティック通常価格 ¥7,560

➡姉ageha限定価格¥3,800

ゴールド×レザーのモードなデザイン。くり抜きゴールドブレス（上）とプレートブレス（下）の2タイプ♥

シーバイクロエ

SEE BY CHLOE

Sale 2

1万円台で買えるバッグ&ウォレット

デイリーユースできるバッグは、何個持っていても困らないのでこの機会に追加買い♪　シンプルで使いやすいウォレットも見逃さないで！

FURLA

フルラ



58% OFF

ショルダーバッグ

ブティック通常価格¥43,200
➡姉ageha限定価格
¥18,000

カジュアルに持てる、スリムなシルエットのミニショルダーバッグ。斜め掛けしてコーデのポイントに🐱



63% OFF

シックな色合いで飽きがこないシンプルなデザイン。フロントに小さくロゴが入っていて上品な雰囲気♥

ロングウォレット

ブティック通常価格
¥32,400
➡姉ageha限定価格¥11,800

TORY BURCH

トリーバーチ



ロングウォレット

ブティック通常価格
¥32,400
➡姉ageha限定価格¥18,800

フロントのロゴマークがゴージャス！　どちらのタイプもスリムなのでバッグの中でかさばらないよ。

41% OFF

MICHAEL MICHAEL KORS

マイケル　マイケルコース



セレブも愛用する小ぶりでスタイリッシュなショルダーバッグ

42% OFF

ショルダーバッグ

ブティック通常価格¥31,320
➡姉ageha限定価格
¥18,000

マチが広く、財布も化粧ポーチも携帯もスッポリ入る☆　旬っぽさも満点で、人気殺到間違いなし！

Sale 3

2万円台で買えるバッグ&ウォレット

ガーリー派に大人気のケイト・スペードのA4バッグと、パーティーシーンにも使えるトリーバーチのチェーンバッグ✧

kate spade NEW YORK

ケイト・スペード ニューヨーク

ラウンド2WAYバッグ

ブティック通常価格¥46,440
➡姉ageha限定価格
¥26,800



←人気のコロンとしたラウンドタイプ♡ラブリーなベビーピンクと上品なバイカラー、どっちを選ぶ？

42% OFF

上品な大人ピンクがケイトらしくて持っているだけでアガる♡



44% OFF

スクエア2WAYバッグ

ブティック通常価格
¥48,600
➡姉ageha限定価格¥26,800

ショルダー付きの2WAYタイプ。書類が入るかっちりしたスクエア型は、ビジネスシーンでも活躍しちゃう♪

TORY BURCH

トリーバーチ



ロングウォレット

ブティック通常価格
¥38,880
➡姉ageha限定価格
¥22,800

汚れにくい加工のカーフスキン素材で、長く使える人気シリーズ。カード10枚の収納力も魅力♪

41% OFF

ミニショルダーバッグ

ブティック通常価格¥44,280
➡姉ageha限定価格
¥25,800

必需品がしっかり入るミニショルダーは、パーティーが多い時期に大活躍。バッグインバッグにも◎。

41% OFF

Sale 4

3万円台で買える ラグジュアリーウォレット

バッグから取り出すたびに気分がアガる、デコラティブなデザインのラグジュアリーウォレット。上質な素材で高級感もバッチリ!



42% OFF

ゴールドスターウォレット
ブティック通常価格¥65,880
➡姉ageha限定価格
¥38,000
手にしっとりとなじむ上質なカーフレザー。同じ星スタッズでも、ゴールドならエレガントな雰囲気♥

スターのスタッズがインパクト大の大人気シリーズ★

39% OFF

シルバースターウォレット
ブティック通常価格¥65,880
➡姉ageha限定価格
¥39,800
特に人気の高い、ロックテイストなブラック×シルバーは、残りわずかなので早いもの勝ち!

50% OFF

ミニスタッズ&スターウォレット
ブティック通常価格¥81,000
➡姉ageha限定価格
¥39,800
辛口でモードなデザインはもちろん、たくさんの仕切りで、カードやレシートが分けやすく機能的な点も◎。



47% OFF

ロングウォレット
ブティック通常価格¥62,640
➡姉ageha限定価格
¥32,800
上品なカラーとなめらかなラムレザーが女っぽい♡大きく開くので中が見やすいのもポイント。

CHLOE
クロエ

JIMMY CHOO
ジミー チュウ

CELINE
セリーヌ



ロングウォレット
ブティック通常価格¥92,880
➡姉ageha限定価格
¥58,800
大容量で使いやすいと超ロングセラーの、型押しカーフ素材のラウンドジップウォレット。

36% OFF



40% OFF

ロングウォレット
ブティック通常価格
¥84,240
➡姉ageha限定価格¥49,800
大きく開くラウンドファスナーで、カードも小銭も取り出しやすい。表のシックなイメージとインの派手色のギャップが素敵★

PRADA
プラダ



カジュアルさとエレガントさをあわせ持つ逸品

40% OFF

ミニボストンバッグ
ブティック通常価格¥198,720
➡姉ageha限定価格
¥118,000
ショルダー付きの2WAY仕様。コロンとしたフォルムと、バイカラーのパイピングがさりげなくおしゃれ。

Sale 5

憧れ2大ブランドの バッグ&ウォレット

バッグや小物は伝統ある老舗ブランドを持ちたいお姉さんへ♡ プラダとセリーヌの厳選アイテムを自分にプレゼントしてみて✧



争奪戦必至の
アウター&ウォッチを
誰より早くGETして✧

Special Item

大人気のDaTuRaのアイテムが初登場♡

大好きすぎるダチュラの新作アイテムが、実店舗やダチュラのWEBより早く買える先行販売でブランドモールに初登場！

#01 パールビジューバブリーウォッチ



文字盤の周りをきらびやかにデコったバブリーウォッチ。出るたびに完売する人気アイテムを、しっかり数を確保してお届け！

DaTuRaビジュー2色×ベルト2色の4色展開。パールビジューバブリーウォッチ各¥16,200／姉agehaブランドモール

桜井莉菜
専属モデル（32歳／東京都）
独身・子供なし

←DaTuRa ビジューバブリーダーリンニットコート¥14,904、DaTuRa パールビジューバブリーウォッチ ¥16,200、SAINT LAURENT PARIS ショルダーバッグ¥128,000／すべて姉agehaブランドモール　ワンピース¥8,100／DaTuRa渋谷109店



#02 ビジューバブリーダーリンニットコート

ファーのトリミングがゴージャスなドルマンニットコート。ポケットに輝くビジューを配し、ダチュラらしいキラキラ感をプラス✧

DaTuRaビジューバブリーダーリンニットコート各¥14,904／姉agehaブランドモール

莉菜が夢中のNEWブランド！

SWELLSで大人カワイイ始めます♥

莉菜のインスタで「かわいい!」「どこの?」と問い合せが殺到した、話題のNEWブランド・スウェルズが姉agehaに初登場✧
キュートな色使いやデザインなのに、大人っぽくて色気があると莉菜もハマってます♪
公式HPでアウターが必ず入った新春福袋の予約も受付中なので要チェック!!

#Love SWELLS
#Love pink
#Love blue



クールなコンビネゾンも
ブルーグレーで
ドーリーに仕上げ✧

胸元が立体的になっているからスタイルアップも叶います サテンフリルオールインワン¥9,800、パンプス¥7,200／ともにSWELLS 渋谷109店

ラブリーなピンクも
チュールの透け感で
色気をキープ♥

ピンク×白で隙なしの愛らしさ！ カーディガン（参考商品）、サテンドットチュールワンピース¥9,800、パンプス¥7,200／すべてSWELLS 渋谷109店

PHOTO_Junji Moroi(ROOSTER) HAIR&MAKE_Yuko Nozaki STYLING_SWELLS MODEL_Rina Sakurai EDIT&TEXT_Setsuko Chigira



Pink×White=Cute

ミルキーなピンクの
ファーコートなら
かわいく目立てる♪

ガーリーカラーはスウェルズの得意分野！ プードルAラインコート¥7,900、バックオープンニットトップス¥5,800、サイドレースアップミニスカート¥4,900、フリンジバッグ¥7,600／すべてSWELLS 渋谷109店



Casual girly

ほどよくガーリーで
ほどよくカジュアルな
絶妙のバランス！

チェスターコート¥11,000、カシュクールシャツ¥4,850、前立てフリルスカート¥5,800、ファーニット帽¥2,900、パンプス¥7,200／すべてSWELLS 渋谷109店　ソックス／モデル私物



So sexy ♥

振り返るとドキッ！
シンプルなワンピも
背中見せで色っぽく

冬の定番ニットはトレンドカラーのブラウンを選べば新鮮。バックオープンニットワンピース¥6,900、パンプス¥7,200／ともにSWELLS 渋谷109店



Bear Brown

セクシーなファーも
たまにはキュートに
取り入れたいよね♥

フード、ポケット、手首に付いたモコモコファーがかわいい♪ ファーダッフルコート¥12,000、ドットスカート¥5,200／ともにSWELLS 渋谷109店

シリーズ連載
Natural beauty
vol.2 まつげを生やすヒミツ♡

ドッサリ
ミッシリ
バッサバサ

まつげがグングン伸びるメカニズムを研究しよう！

飲むまつエクサプリの“ナチュまつ”レシピ大公開♡

つけまやまつエクなどのストレスで、薄い、細いなどまつげは最悪のコンディション💧 そんなまつげ事案の救世主、まつエクサプリ成分のヒミツに迫ります♥

PHOTO_Hirofumi Yamashita(f-me)
HAIR_Chiharu Koya
STYLING_Kaori Nara
EDIT&TEXT_Mai Komuro
THANKS_EASE, UTUWA

結果発表
まるっと2カ月莉菜が試したよ♡

Before

After


飲み始めて1週間くらいで変化に気づいて、自分自身でもビックリ!! これまでまつげが細くて悩んでたけど、2カ月飲み続けたらいつの間にかまつげがたくましくなったよ✧



“まつ育”したらスッピンが今までより好きになれたよ✧

専属モデル（32歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

エプロン（シュシュ付）¥5,800／シュクココロ　トップス¥13,000
スカート¥16,000／Nina mew
その他／スタイリスト私物

自まつが元気になるレシピ♡
まつエクサプリの原材料に迫る!!

体内で吸収されるものだから、その中身をしっかり知りたいのが本音
どんな成分がサプリメントの中に入っているのか、全部教えちゃいます✧



飲むまつエク パッチモ ¥7,600（90錠）／ドクターサポート株式会社

海洋性コラーゲンペプチド



海からの恵みで毛髪にパワーチャージ✧

コラーゲン不足によって、毛が細くなるのを予防♥ 髪の毛の原料となる、白身魚の海洋性コラーゲンペプチドだよ 消化性に優れたパッチモの特許成分のひとつ✧

ポリアミン



細胞の再生を助けるイソフラボン♥

納豆などの大豆発酵食品に含まれてる成分。新陳代謝を高めて細胞の生まれ変わりを助けることで、発毛や毛髪の健康を助けてくれる✧ 老化を予防する効果も

葛花抽出物



抜け毛の原因にアタック!!

葛花抽出エキスといえば、抗肥満作用があるというイメージ。抜け毛の原因となるDHTと呼ばれる男性ホルモンを抑制し、まつげへの血流をスムーズにしてくれる成分も✧

シルクアミノ酸



健康な毛髪作りのお供✧

タンパク質でできている毛髪の健康をサポートするには、毛の原料となるアミノ酸の助けが絶対条件。シルクにたっぷり含まれるアミノ酸が毛周期の成長スピードを促すよ

N-アセチルグルコサミン



栄養はエビやカニで補う♥

毛髪の栄養分は、ヒアルロン酸の主成分でもあるN-アセチルグルコサミンから✧ 海洋性コラーゲンペプチドとの独自の配合率が、体内へのアミノ酸吸収率を助けてくれるよ

ヒハツエキス



血行促進でヘアケア✧

毛根や頭髪の血行を促進し、血流の改善を目指すよ✧ 薄毛や抜け毛予防にも人気の成分♥ 他には、むくみや冷え性などの改善に役立つと言われていて、嬉しいことだらけ

まつエクサプリとは？



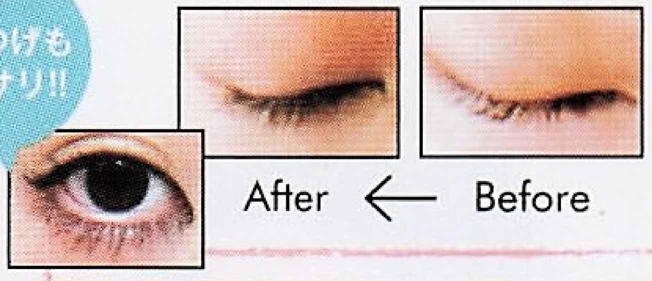
専属モデル **杉山佳那恵**（30歳／東京都）独身・子供なし

敏感肌でも目元が荒れない!

サプリだからまつげ専用美容液によるまぶたや毛根の荒れといった肌トラブルとは無縁です♥ 美容液などによる毛穴への負担軽減でまつげストレスフリー✧

効果は1カ月でこんなに!!

口コミでは、最初の2週間は1日6錠飲んでまつげを伸ばす体作りを目指すと効果的との情報も。空腹時&就寝前に飲むのがオススメ♥



たった3錠の中にたくさんのバサバサ成分✧



新登場

若返りサプリ
α-MAZING（ア・メイジング）

うっかりお尻の位置がアップするスゴイ奴♥

女子からアツ～い支持のある、アンチエイジング＝成長ホルモン分泌&抗酸化作用を持つ栄養素を配合した栄養機能食品 気になる効果や成分は次号で特集するよ♪

の難しい冬アレンジに合格点!!

ヘア」のいい関係♥

基本のゆる巻きをおさらいしつつ、旬の冬アイテムに合わせた、簡単かわいいゆる巻きアレンジをご紹介♥「女優帽の巻きおろしがマンネリ…💧」「スヌードで首元がもさっとする…💧」など、今知りたいヘアのお悩みを解決して、大人かわいい冬おしゃれを楽しんで♥

PHOTO_Kosuke Nakashima (PEACE MONKEY)
HAIR_Yuko Nozaki STYLING_Mizuki Nakano
EDIT&TEXT_Chie Nagamine

ヘアをマスター!"

＼女っぷりを上げる!／
ゆる巻きの3カ条

1. 根元のクセは最初に取るべし!
2. 顔まわりは外巻きに!!
3. 耳上にもクセづけをする!!!



大人女子の甘さがにじみ出る色っぽかわいいベースゆる巻き♥

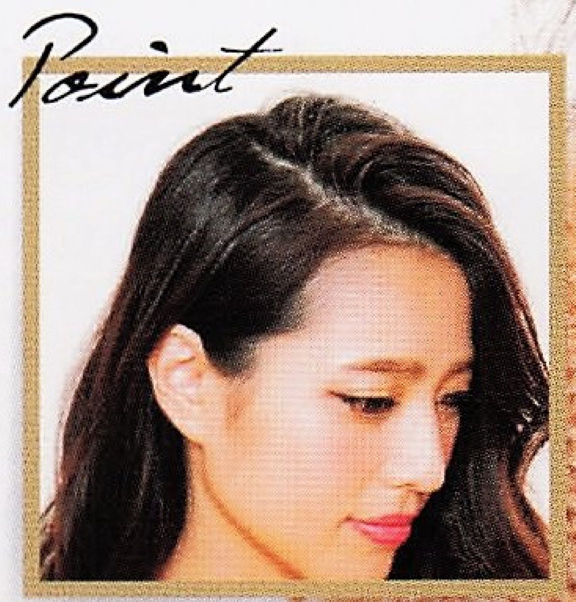
けいこ
専属モデル(31歳/滋賀県)
既婚・息子1人・娘2人

ニットワンピース¥7,900／EGOIST ルミネエスト新宿店
2WAY ネックレス¥1,900／LIP SERVICE キャミソール／スタイリスト私物

ニットワンピ × かき上げヘア♥

ニットワンピの女らしさを上げるならこのヘア♥自然に髪をかき上げたような、8:2の分け目にするだけで、色っぽさが出るよ♪


SIDE


Point
前髪の分け目を8:2にして、根元にふんわりとした立ち上がりをつける✧。右サイドは耳かけて色っぽく!


BACK

基本のゆる巻きの作り方♥

顔まわりを外巻きにするのが、ゆる巻きを旬に見せるポイント😉 ざっくりブロッキングで簡単に巻く、時短ゆる巻きの作り方を紹介!

下準備&ブロッキング♥

水で濡らしてクセをとる!


1 トップ部分や生え際などのクセは根元を水で湿らせてとる♪ 濡らした手で根元を揉んでもOK!

ドライヤーで立ち上げる♥


2 ①で濡らしたトップや生え際の根元を、ドライヤーで立ち上げてね✧。この2〜3分の手間がとても大事!

カールローションをつける♪


3 毛先を中心にカールローションをつける♥ 手ぐしを通しながら、内側の毛束にもなじませて、毛先を保護!

左右にブロッキングする✧。


4 今回は、時間短縮できる簡単ブロッキングに! まずは全体を左右にざっくりとブロッキングする♪

上下にブロッキングする♥


5 ④で分けた毛束を上下2段にブロッキング。ざっくりブロッキングで巻き回数を減らして時短巻きに♪

下段を巻く♥

熱を加えてツヤを出す✧。


1 下段を片側3束(量が多い場合は4束)に分けて顔側の毛束から♥ コテを毛先まで通して一旦熱を加える!

顔まわりは外巻きにする!


2 旬のゆる巻きは、顔まわり外巻きが基本! コテで中間部分を挟んで、1回転させ毛を巻きつける😉

コテに毛先を入れ込む♥


3 さらに1回転毛束を巻きつけて、クリップをゆるめ、コテを下にスライドしながら、毛先を巻き込む♪

根元まで巻き上げる✧。


4 根元側まで巻き上げて、上で2〜3秒キープ♪ 毛がからまないように、静かにコテを外し1束完成!

後ろ隣の毛束を内巻きに♥


5 ①で3等分に分けた、後ろ隣の毛束を内巻きにするよ。①〜④の巻き方で逆向きに巻いてね♪

下段の残りは外巻きに😉


6 残った毛束も①〜④を繰り返して外巻きにする。逆側も同様に顔まわり外巻きからのMIX巻きに♥

基本のゆる巻きヘアをおさらいして、顔まわりバランス

「冬アイテム」×「ゆるふわ

女優帽　スヌード　タートルニット　ファーコート　etc.…

Base

“基本のゆる巻き

まずは、基本のゆる巻きをおさらい！　今回はざっくりブロッキングで作れる、時短な巻き方を紹介しているので、ぜひ参考に♪



女優帽を品よくかぶる究極のセレブスタイル！✧

女優帽¥4,990、ロングカーディガン¥6,990、ワンピース¥6,490／すべてRESEXXY渋谷109店　イヤリング／スタイリスト私物

女優帽 × 片寄せダウン♥

ゆる巻きと相性抜群の女優帽✧　よりこなれ感を演出するなら、片サイドをサッと耳にかけて、全体を片寄せにするのがおすすめ！

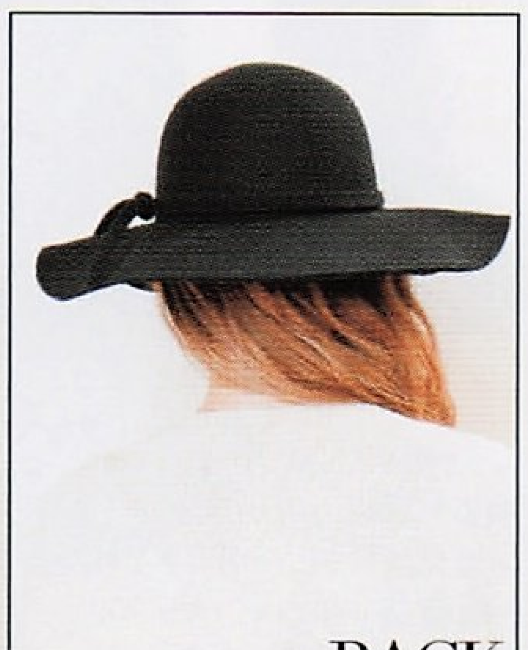
Point



耳にかけた左サイドはおくれ毛はなしに！　チラリとうなじを見せることで、女優帽がグッと色っぽくかぶれる♥



SIDE

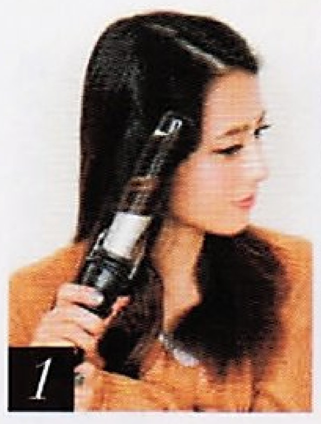


BACK

専属モデル（25歳／東京都）独身・子供なし
小原優花

上段を巻く♥

上段も顔まわりは外巻き♥



1 上段も3束（4束でもOK）に分けて、顔まわりからから外巻きに♪　下段の①～④を繰り返してね☺

後ろ隣は内巻きにする！



2 後ろ隣の毛束は、内巻きに。コテの使い方や巻き方は他の毛束と同様に。早く巻くには練習あるのみ♪

さらに後ろ隣は外巻きに☺



3 後ろ隣は外巻きに（4束に分けた場合は、内巻きを追加してね）。これで片側のMIX巻きが終了♪

手ぐしでトップ部分を崩す



4 逆側も同様にMIX巻きに♥　全体が巻き終わったら、手ぐしを通して、トップ部分を立ち上げる✧

耳上をくせづけ♥

トップを1束つまみ出す♪



1 巻ききれずにペタンコになっている、トップ部分のクセづけをする♥　ランダムに毛束をつまみだしてね！

内側に半～1回転巻く！



2 ①でつまみだした毛束を、内巻きで半～1回転分巻く♪　根元にボリュームを出して、クセづけするよ♥

外巻きもランダムに追加♥



3 ①～②と同様に、外巻きもプラス！　内と外をランダムに入れることで、トップ～耳上にもウェーブを✧

前髪は目の横でクルン♪



4 長めの前髪は、目の横でカールさせると、バランスのいい仕上がりに♥　コテは目と並行に持ってね♪

仕上げ♥

全体にスプレーする♥



1 ゆる巻きのスプレーはハードタイプでOK！　全体的に内側から空気を入れるように、スプレーする☺

トップは根元を立ち上げる



2 トップは毛束を軽く持ち上げて、根元部分にもスプレー♥　根元を立ち上げてふんわり仕上げに♪

前髪は指でつまんでキープ！



3 前髪は指にスプレーを吹きつけておき、その指でスーッとなぞるように！　毛流れを整えながらキープ♪

Finish!

ゆる巻きアレンジ Case1

“帽子をおしゃれにかぶりたい!”

この冬ブレイク中の女優帽やカジュアルコーデにハズせないニット帽などにオススメの、ゆる巻きからのアレンジ3つを紹介！

女優帽×極ゆる三つ編み♥

超ロングヘアに女優帽を合わせるなら、途中をキュッとゴムで絞って変化をつけて。極ゆる三つ編みのキュートなアレンジに♥


BACK


SIDE



綿菓子みたいな三つ編みで女優帽をカジュアルにオン♥

専属モデル 桜井莉菜 独身・子供なし（32歳／東京都）

Point

毛束の中間ぐらいまでゆるく編んで、大胆に崩す✧ 三つ編みとはわからないくらいがベスト！

女優帽¥4,990、オフショルニット¥6,990／ともにRESEXXY 渋谷109店 イヤリング¥2,900／お世話や

ヘアの作り方♥



1 帽子をかぶって毛束集め✧
帽子をかぶってから、毛束を片側に集める♥ 帽子とのバランスを見ながら、顔まわりの毛は残してね！



2 ゆるく三つ編みを編む♥
集めた毛束を耳下からゆるく三つ編みに♡ 毛束の中間ぐらいまでを編んで、毛先は残しておく♪



3 三つ編みをゴムで結ぶ
②で編んだ三つ編みをゴムで結ぶ。ゴムは髪色に合わせたゴムを使って、あまり目立たないように✧

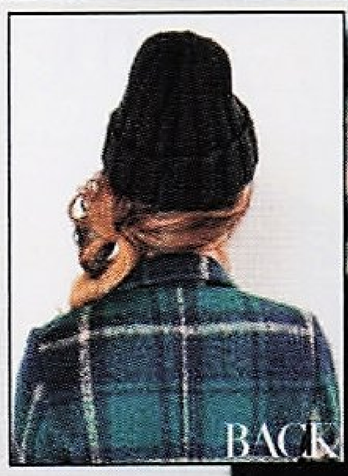


4 三つ編みを崩してこなれ感♪
編んだ三つ編みから毛束をつまみだして崩してね。三つ編みとわからなくなるくらい大胆に崩してOK!

ニット帽×ルーズ結び♥

ニット帽は浅めにかぶってアレンジを♥ 難しく見えるけど、実はとっても簡単！ 女子力をアップするアシンメトリーなルーズヘア✧


SIDE


BACK



デートにも使える！大人かわいいニット帽ヘア♥

専属モデル 杉山佳那恵 独身・子供なし（30歳／東京都）

Point

耳が半分隠れるくらいに毛をかぶせて、ルーズ感を演出。耳がむき出しだと今っぽくない…💧

ニット帽¥3,500／RASVOA 渋谷109店 コート¥15,000／セシルマクビー ルミネエスト新宿店 Tシャツ¥5,900／BARAK 渋谷109店

ヘアの作り方♥



1 左耳下でゆるく結ぶ✧
ニット帽をかぶり、左耳下でひとつに結ぶ。顔まわりのおくれ毛を残し、えりあしを少したるませる♪



2 毛束を2つ折りにする♥
毛束を最後に通すとき、2つ折りの状態でストップ！ 毛先まで通さずに、毛束を輪の状態にするよ✧



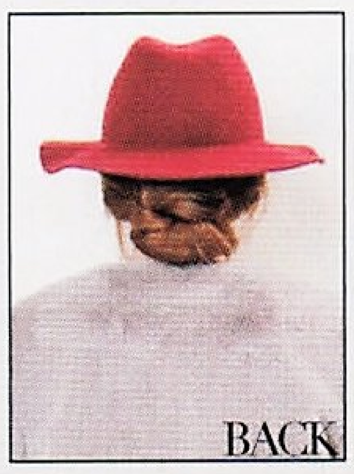
3 輪の毛束を広げて崩す♪
②で輪にした毛束を、指で広げて崩す。少しずつ両手でつまんで、毛束を引き出すように崩してね♪



4 ピン留めして形を整える♥
崩した毛束をつまみ上げてアメピンで留める♡ 4～5本使ってランダムに毛束を留めて形を整える✧

中折れハット×巾着まとめ♥

メンズライクな雰囲気のある中折れハットを、クラシカルなまとめ髪で女らしく♥ 程よいおくれ毛が、上品な雰囲気を演出！


BACK


SIDE



フェミニンなまとめヘアで中折れハットも女っぽく♥

専属モデル 加賀美早紀 独身・子供なし（30歳／東京都）

Point

耳を隠したやわらかなカーブの毛流れと、さり気ないおくれ毛で大人っぽいまとめヘアに♥

ハット¥4,200、ネックレス¥1,900／ともにLIP SERVICE ベルト付きコート¥14,800／EGOIST ルミネエスト新宿店 ワンピース¥6,490／RESEXXY 渋谷109店

ヘアの作り方♥



1 低めの位置でひとつに結ぶ♪
おくれ毛を残してひとつに結ぶ♥ サイドは耳に毛束をかぶせるようにして、低めの位置で結んで♪



2 毛先をゴムに巻きつける✧
結んだ毛束を内側に折り、毛先をゴムに巻きつけるようにまとめるよ♪ 巾着のような形にしてね♥



3 ピンで留めて固定する
②でまとめた毛束をアメピンで留める✧ ゴムに巻きつけた毛先を中心に、しっかりと固定する♪



4 耳下に毛を引っぱり出す♥
耳にかぶせた毛束をつまみ、たるませるように引っぱり出す♥ 帽子をかぶってバランスを整えたら完成

ゆる巻きアレンジ *Case 2*

“首まわりにボリュームがあるときは？”

スヌードやファー襟など、首まわりにボリュームがあるときもバランスが難しい！ そんなお悩みもこれで解決♪

大判ストール × 大人ポニー♥

ブリティッシュなチェックストールに合う、大人ガーリーな低めポニー♪ ボブ〜セミロングまで幅広いレングスでできるアレンジだよ♥


BACK


SIDE

誰からも愛される♥ 計算づくの無造作ポニー♪



専属モデル（32歳／東京都）独身・息子1人
早川沙世

Point

ポニーは耳の高さに。高さを低めにすることで、大人が似合うルーズなポニーになるよ♪

ストール¥3,500、ニットワンピース¥5,900／ともにセシルマクビー ルミネエスト新宿店 コート¥19,000／GERME ピアス¥1,500／LIP SERVICE

ヘアの作り方♥

1 手ぐしでざっくりまとめる✧


手ぐしで後ろに毛をまとめる♥ 毛流れに手ぐしの凹凸が出るようにラフにまとめるのがポイント！

2 低め位置のポニーテールに♥


耳の高さでひとつに結び、低めのポニーテールに♪ ゴム分部は毛束を巻きつけてピン留めして隠す✧

3 毛束を引き出してルーズに♪


トップの毛束を指でつまんで引き出し、ランダムに高さを出すよ♥ しっかり凹凸をつけてふんわりと

4 顔まわりの毛を調整✧


顔まわりの毛を、バランスを見ながら引き出す♥ もみあげ部分から耳前に毛束を出しておくれ毛に♪

ファー襟コート × 三つ編みハーフアップ♥

ゴージャスなファー襟コートには、レディなハーフアップ♥ 下ろす髪の量を少なめにして、ボリュームのあるファー襟とのバランスをとるよ♪

ファー襟×ゆる巻きで上品リッチな女になる♪


SIDE


BACK



コート¥15,500／LIP SERVICE ワンピース¥12,000／セシルマクビー ルミネエスト新宿店 ピアス¥1,990／RESEXXY 渋谷109店

Point
崩した三つ編みでルーズなお団子に。厚みが出ないようまとめるのが大人っぽさの秘訣！

ヘアの作り方♥

1 耳上を三つ編みにする✧


耳上の毛束を後ろでまとめて、毛先まで三つ編みにする♥ あとで崩すので少しゆるめに編んでOK！

2 三つ編みを崩すよ♪


三つ編みの毛束を指でつまみだして崩す。三つ編みがほどけないよう、毛先は片手で押さえる

3 三つ編みをお団子にする♥


崩した三つ編みをお団子にまとめて、ピンで固定。三つ編みの毛先はそのまま散らしてこなれ感を演出✧

4 トップをふんわりさせる✧


トップの毛をつまみ出して、ふんわりと高さを出す♥ 顔まわりのおくれ毛もバランスを見ながら調節

スヌード × きのこ三つ編み

もこもこしたスヌードにはサイドの毛をのせて、マッシュルーム風のシルエットに♥ 顔まわりをふわふわにしたスイートアレンジ✧


BACK


SIDE

思わず触れてみたくなるエアリーなスヌードヘア✧



Point
スヌードにサイドの毛束をフワッとのせて♥ エアリーで暖かみのあるふかふかヘアが完成！

スヌード¥4,200、MA-1¥10,800／ともにBARAK 渋谷109店 ニット¥8,500／GERME イヤリング／スタイリスト私物

ヘアの作り方♥

1 手ぐしで毛流れを後ろに♥


手ぐしを通して、全体の毛を後ろに流しておく♪ ワックスをなじませておくと、まとめやすくなるよ♥

2 あごラインから三つ編み✧


サイドをゆるくたるませた状態で、あごの高さから三つ編みを編んでね♥ 三つ編みはしっかり編むよ♪

3 毛先をゴムで結ぶ


三つ編みを毛先まで編みゴムで結ぶ♪ 細い三つ編みの毛先は小さなシリコンゴムで結ぶのがおすすめ♥

4 サイドをふんわりさせる✧


スヌードをつけて、サイドの毛束を引き出してふんわりと♪ スヌードに毛束をのせるように引き出す♥

ゆる巻きアレンジ Case 3

“人気の首つまり系トップスに似合うヘアは?”

タートルやボトルネックなど今季大ブレイクの首つまり系のトップスは、レトロな雰囲気のあるヘアで、こなれ感を出すとおしゃれ♪

ボトルネック × クラシカルツイスト♥

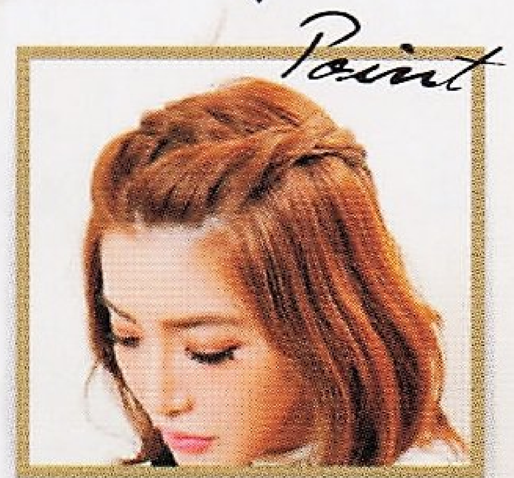
清楚な雰囲気のあるボトルネックは、前髪をセンター分けしたアレンジで、ヘアにクラシカル感をプラス✧ どこか懐かしいガーリーなヘアに♪


BACK


SIDE



大人だからこそ楽しめる洗練されたクラシカルボブ♥


Point
前髪をセンター分けでツイストして、クラシカルな雰囲気に。ストレートでもアレンジ可能♥

トップス¥6,490／RESEXXY渋谷109店　サロペット¥14,800／EGOIST ルミネエスト新宿店

ヘアの作り方♥

1 前髪をセンター分けに✧



前髪をセンターで左右に分ける♥ 分け目はコームの柄やピンなどを使って、まっすぐキレイに!

2 前髪をツイストする♪



前髪を後ろに向かってツイストする。2束に分け、トップの毛束を足しながらねじり合わせるよ♪

3 後頭部でピン留めを♥



ツイストした毛束を後頭部でピン留めする♪ ピンはねじりの内側に差し込んで、隠しピンにしてね♥

4 毛束をつまんでふんわり✧

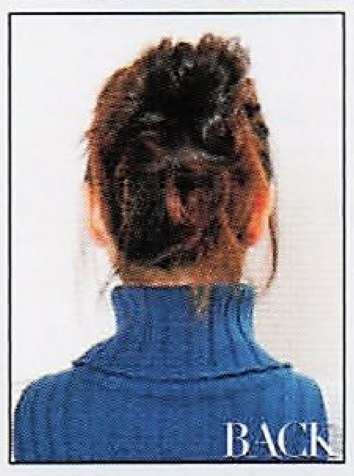


フロント側を指でつまんで、顔まわりのツイストをふんわりさせる♥ ツイストに凹凸を出して、華やかさアップ♪

タートルネック × 崩し団子アップ♥

高さのあるタートルネックは、アップスタイルがベスト♪ ルーズなお団子で、小顔効果とスタイルアップも狙っちゃおう♥


SIDE


BACK

タートルニット¥5,500／EGOISTルミネエスト新宿店　サスペ付きパンツ¥8,900／GERME　イヤリング¥1,600／お世話や



ほっこり癒し系オーラを放つクシャッとまとめたルーズ団子♥


Point
フワフワのフェミニンなお団子ヘアは、お団子以外の毛流れも凹凸感をつけてルーズに!

ヘアの作り方♥

1 ポニーテールを輪にする✧



顔まわりにおくれ毛を残して、ポニーテールに♪ 最後は毛先を通さずに、根元側を輪にしてね☺

2 輪にした毛束を崩す♥



①で輪にした毛束を崩してね♪ 毛束を広げるように、つまんで引き出しながら、大胆に崩してOK♥

3 ピンで留めてお団子にする♥



崩した毛束を持ち上げるようにして、アメピンで留めてお団子に。長く残った毛先もピン留めを♪

4 ニュアンスをプラスする♥



細かくお団子の毛束をつまんでニュアンスをつける。トップの毛束もつまんで引き出しルーズに✧

スウェット × ポンパハーフアップ♥

スウェットやニットなどの、首がつまったUネックもこの冬の人気アイテム♥ おでこ全開のポンパ風ハーフアップでカジュアルに!


BACK


SIDE



カッコかわいいこだわりヘアでカジュアル服の女子力アップ!


Point
高さを出したハーフアップの結び目がポイント! 前髪はポンパ風にふくらませているよ♥

スウェット¥6,200／EGOIST ルミネエスト新宿店　ダテメガネ、パンツ／ともにスタイリスト私物

ヘアの作り方♥

1 耳上の毛を高い位置で結ぶ♥



耳上の毛束を、トップ寄りの高い位置で結ぶ♪ おくれ毛は残さず、顔まわりはいさぎよくすっきりと!

2 ギュッと絞って高さを出す!



結んだ毛束を2つに分けて、手でギュッと根本を絞る♥ 結んだ毛束の根元が立つので、高さが出るよ♪

3 前髪をつまんで引き出す✧



前髪を指でつまんで、ポンパのようにふくらみを持たせてね♥ 膨らませるのは黒目の間の幅を目安に♪

4 毛束をゴムに巻きつける♪



ゴムに毛束を巻きつけてゴムを隠す♥ 根元がしっかり立つので、ボリュームアップにもなるよ✧

ゆる巻きアレンジ Case 4

“冬のパーティーヘアを今っぽくしたい!”

クリスマスやニューイヤーのパーティーにも使える、ゆる巻きからのお呼ばれヘアアレンジを紹介♪　コーデに合わせて使えるものもマスターしておくと便利♥

ノースリワンピ × くるりんぱ♥

女子力をアップしてくれる簡単アレンジ、くるりんぱ！　ノースリワンピやツイードジャケットなどの女性らしいコーデにハマる♥







人気続行中のくるりんぱでレディな表情を手に入れる♥

Point



基本の1本結びのくるりんぱは、トップや後頭部の毛も引き出して、ふんわり仕上げに♪

ワンピース¥6,900、ピアス¥1,900／ともにLIP SERVICE

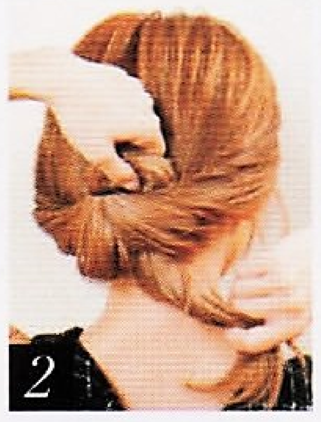
ヘアの作り方♥

結んでゴム上を割る✧



手ぐしで後ろに毛束をまとめて、ゆるめにひとつに結ぶ。ゴム上を2つに割って、穴を開けるよ♪

毛束を上から通す♪



①で開けたゴム上の穴に、上から毛束を通して、くるりんぱする♥　ゴム上がねじれた状態になるよ✧

ギュッとゴムを絞る♥



毛束を左右に分けて、手でゴム部分をギュッと絞る　ねじれた毛束が絞られて、ボリュームが出る✧

全体にニュアンスを出す♥



毛束を指でつまんで引き出し、ニュアンスをつける♪　トップや後頭部も毛束を引き出しふんわりと♥

ベアワンピ × 裏編み込みハーフアップ♥

肩が露出するベアワンピは、ハーフアップのアレンジがおすすめ♥　ふんわり肩に流れるゆる巻きで、スイートな女らしさを演出✧





ベアワンピース¥8,900／LIP SERVICE　ネックレス¥1,990／RESEXXY 渋谷109店　イヤリング¥2,900／お世話や



ロマンティックな裏編み込みでパーティーの華になる♥

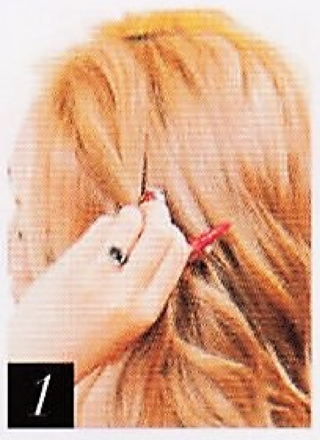
Point



編み目がくっきりと浮き出る華やかな裏編み込みに♥　軽くくずしてこなれ感も演出！

ヘアの作り方♥

編みはじめの毛束を分ける♥



前髪からトップの毛束をセンターで左右に分けておく。前髪から編みはじめの毛束を分け取るよ♪

裏編み込みをしてね✧



①の毛束を3束に分けて、後ろに向かって裏編み込みをする。毛先はそのまま三つ編みにしてね✧

編み込みを崩してルーズに♪



編んだ部分を指でつまんで、崩していく。毛束は少しずつつまんで、編み目を広げるように崩して

編んだ毛束をピンで固定する♪

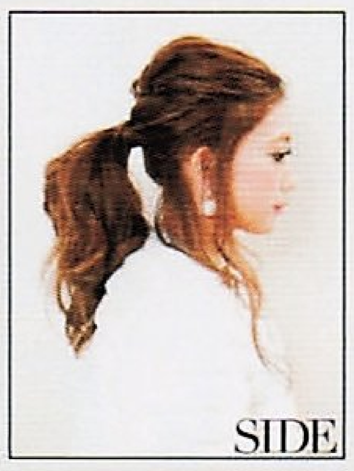


後ろ中心で編んだ毛束をピン留め♥　三つ編み部分をクロスさせてつながるようにピンで固定する✧

ファーコート × ポンパポニー♥

ゴージャスなファーコートは、普通にアップするとフケて見える危険あり！　おくれ毛多めのルーズヘアで旬スタイルをゲットして✧







胸元に落ちる後れ毛が優雅なラグジュアリーアップ♥



ポンパを重ねてボリューム感のあるポニーに♪　ルーズな毛流れで大人っぽく仕上げて♥

ファーコート¥9,800／セシルマクビー ルミネエスト新宿店　ワンピース¥8,900／Delyle NOIR 渋谷109店　ピアス¥1,990／RESEXXY 渋谷109店

ヘアの作り方♥

大きめのポンパを作る♥



前髪とトップの毛束を分けとって、後ろでねじってピン留めする。大きめのポンパを作るような感覚で✧

ポンパの毛流れを崩す♪



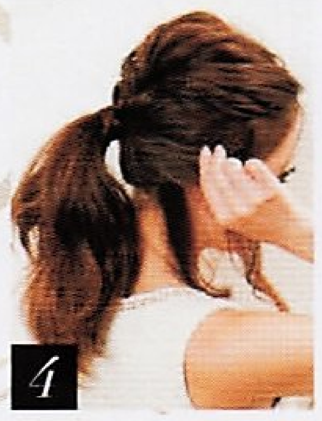
①のポンパから少しずつ毛をつまみ出して、毛流れを崩す♥　束感が出るように大胆に崩してOK!

おくれ毛を残してポニーに♥



顔まわりと襟あしに毛束を残して、低め位置のポニーテールに♪　ポンパのねじりの下で結ぶよ♥

下の毛流れもルーズにする♪



上のポンパに合わせて、下の毛流れも毛束をつまんで崩す♥　ゴムは毛束を巻きつけて隠してね

モノトーン・花柄でした!
3都市SNAP!

今回で2回目となる姉ageha3大都市スナップ! 去年と同様に、300人を超えるみなさんが集まってくれました♥ 3都市のBOOMを検証しつつ、スナップに来てくれた素敵なお姉さんを紹介します✧

PHOTO_Michihiro Shimizu（f-me）[TOKYO] ,Natsumi Takemura（ROCOSTYLE）[OSAKA] ,Yuta Matsukizono [FUKUOKA] THANKS_SHIBUYA109,SHIBUYA109ABENO,天神コア EDIT&TEXT_Setsuko Chigira



着るだけでゴージャスな"ファーコート"

リップのファーコートはすっきりシルエットです♥
東京 リップサービス店長（21歳） 吉田彩夏さん

リエンダのファーコートできれいめゴージャスに✧
福岡 会社員（30歳） 竹本恵さん
ゴージャスなのがお気に入りのファーコートが主役♥ サリアのトップスとスカートで、きれいめに仕上げました。

ガーリーな白のファーもネイビーワンピで大人っぽく
大阪 学生（18歳） 美羽さん
ミエルクリシュナのファーコートは、ふわふわの質感がお気に入り★ 神戸レタスのワンピで大人かわいくがテーマ。

レディなファーコートで冬のデートコーデ♥
東京 モデル（24歳） 小足玲那さん
イルミネーションデートにはゴージャスなファーコートが◎。コートもショーパンも、両方リップサービスで購入しました。

チェックスカートもファーコートで大人化
大阪 エステティシャン（23歳） Yurikaさん
リエンダのファーコートは、どんなコーデもゴージャスになります。インはかわいめで"ちょっと大人"がテーマです♥

黒のファーコートならプチプラでも高見え!
福岡 セシルマクビースタッフ（25歳） 福田詩帆さん
セシルマクビーのファーコートは9,800円と低価格♪ 5,900円のピンクツイードスカートで、かわいさもキープ。

→着太りしない15,900円のファーコートに、トップスとボトムを合わせているように見える6,900円のワンピでコーデ♪

グレーのファーコートならカジュアルにも着られる♪
東京 キャバクラ勤務（22歳） 土屋優奈さん
→コンサバ感が出ないようにコーデしました。コートはリエンダ、トップス&スカートはリップサービスのものです。

ベージュ×ホワイトならフェミニン度高め♥
大阪 学生（18歳） 久保里菜さん
←優しい色合いのリップサービスのファーコートに、デイライルのワンピとディジーストアのパンプスで女っぽくまとめました✧

白のもこもこファーで女の子らしさをアピール
大阪 アパレル（17歳） 浪花ひかるさん
←全身ダチュラでコーデしました。ファーコートはボリューム感がツボ♥ 大人っぽいモノトーンワンピを合わせて大人かわいく。

柄や素材で遊んだセクシーコーデ
東京 学生（18歳） まっきぃーさん
コートはどこで買ったか忘れてしまいました💧 デニム素材のバッグやツイードパンプスで、セクシーだけど遊び心もオン♪

派手かわいいアウターは"ダチュラ"におまかせ!

フードのファーがかわいいダチュラのポンチョ♥
東京 パーツモデル（41歳） TAKAKOさん
ダチュラが大好き! ポンチョだけじゃなくインナーやアクセ、写ってないけど時計やバッグも全部ダチュラです♥

1枚でサマになるこだわりのコート♪
東京 アパレル（21歳） 鈴木有沙さん
ダチュラはボタンがパールだったり腕のファーが大きめだったりと、細部までコダワリを感じられます。ブーツはR&E。

ファーのポケットはほかにはないかわいさ★
大阪 学生（20歳） まいさん
→ファーだけじゃなく、ビジューボタンもお気に入りポイント♪ ビジュー付きのベアトップとスカートもダチュラです。

ふわふわファーフードにさらにビジューで派手かわ✧
東京 キャバクラ勤務（23歳） みやびさん
←空が飛べそうな、モモンガみたいな形もかわいい! 鮮やかなピンクの花柄ワンピもダチュラで購入しました。

今季トレンドのポンチョでデートコーデの完成♪
福岡 ダチュラスタッフ（24歳） みずきちさん
16,800円のポンチョは大きめのファー襟がポイント 上品な印象になるから、デートコーデにもオススメです!

かぶり率の高かったファー付きニットアウター♥
東京 歌手（29歳） りなにゃんさん
アウターもワンピもパンプスも、すべてダチュラで購入。華やかなアイテムは、やっぱりダチュラが一番かわいい!

3大都市BOOM

1 お姉さんはファーがお好き♥

ゴージャスで簡単に盛れる！ 永遠のFavoriteアイテム✧

どんなに流行が変わろうと、お姉さんの心をつかんで離さないファーアイテム！ この冬も、もちろん大活躍です

小物なら小顔効果のある“ティペット”



デイライルいち押しのコーデ♥

大阪 デイライルノアール スタッフ（17歳） りおちんさん

ホワイトのファーティペットは顔が明るく見えてオススメ！ デイライルで4,900円です♪



ティペットでファー襟風に

東京 お休み中（31歳） 河井麻衣さん

←プチプラなスピンズのアウターも、ファーティペットを巻けば高見え！



ブラウンファーで大人っぽく★

東京 OL（24歳） 優さん

←ザラのカーデ＆スカートを、ファーティペットで女らしさアップ！



あったかさも抜群です♪

東京 接客業（秘密） Reinaさん

→GUのカーデとレディのワンピがシンプルだから、ティペットをオン。



シンプルでも盛れる♥

東京 農業＆コンパニオン（30歳） 斉藤和巳さん

数年前に購入したリエンダのコートがシンプルなので、ファーティペットとルブタンのバッグでアクセント♪

男ウケ抜群なのはやっぱり“ファー付きアウター”



色違いのコートで双子コーデしました♪

福岡 デイライルノアール スタッフ（20歳） yukiさん

福岡 デイライルノアール サブ店長（21歳） kannaさん

←ボリュームたっぷりのファー付きコートはデイライルのいち押し！ 25,000円です★ それに、7,900円のバッグと15,000円のビジュー付きパンプスで双子っぽくしました。2人で着ると、かわいさも2倍です♥



スタイルがよく見えるリゼクシーのコート✧

大阪 リゼクシーモデルズ（24歳） 赤秀奈都美さん

コートは13,990円。大きめのファー襟で小顔＆Aラインの裾でくびれを演出。着るだけでスタイルよく見えます♥



襟と袖の大きめなファーがお気に入り♪

大阪 学生（17歳） みゆうさん

デイライルのコートはファーが気に入って購入しました。ひと目ぼれしたエミリアウィズのバッグもコーデのポイント★



ノーカラーのコートは腕のファーで脱コンサバ

東京 主婦（25歳） 広田理恵さん

リズリサで購入したコートは、Aラインだからお姉さん風になります♥ ファーのおかげでコンサバにならないのも◎。



新作のファー付きコートでクリスマスデートしたい♥

東京 アパレル（23歳） 内山みなみさん

リュクスローズで18,000円のコートは、襟のファーとビジューボタンがポイント。裾がふわっと広がった形もかわいい♪



リゼクシーのコートは流行のキャメルをチョイス

大阪 学生（19歳） さきちゃむさん

このコートはボリューミーなファーの襟と、ちょっとビッグなシルエットがタイプ♥ キャメル×黒で品良く見せました。

3大都市BOOM

差し色は小物のみ！ 黒と白だけでクールなお姉さん♪

2 今年はモノトーンが気分！

派手なアイテムが大好きなお姉さんたちに異変!! 今季は洋服にカラーを一切使わない、モノトーンコーデが本命に★



モノトーンで大人だけど派手さは忘れません♥

東京 フリーター 法月みどりさん（20歳）

モノトーンでもシンプルにならないよう、デイライルのファーコートやリップサービスのワンピで華やかさをキープ★

ガーリーなワンピはライダースで甘さを調整！

東京 専門職 りんごあめさん（32歳）

←ワンウェイのワンピはスカートがふわっとしていて甘め！ H&Mのライダースでブリブリにならないように引き算★

ツイードセットアップでお高め女子を演出

東京 会社員 ゆいぽんさん（27歳）

→白のパイピングがかわいいセットアップは、単品でも使えて着回し力抜群♥ セットアップもクラッチもリエンダです。

デートにはフェミニンなホワイトジャケットで♥

大阪 湘南美容外科コールセンター 佐々木弘子さん（30歳）

モエリー×デュラスコラボのジャケットは、たっぷりパール付きでゴージャス✧ ワンピはエミリアウィズです。

ガーリーなコーデもモノトーンなら安心♪

東京 リップサービススタッフ 大江春佳さん（22歳）

フェザーニットはVネックですっきり着られます。ニット×ミニの甘めなコーデも、モノトーンなら大人っぽい！

全身デュラスでモノトーンセクシー♥

→セクシーなレースワンピにリアルファーのガウンでセクシーに！ 顔周りはリエンダのグレーハットで軽く見せます。

お目立ちアイテムでカラーレスでも派手！

東京 主婦 両角沙紀さん（25歳）

総レーストップス＆ツイードショーパンは両方ワンウェイで購入。ボリューミーなデュラスのファーコートでゴージャス★

小物を黒にすれば白のワンピが引き立つ♥

福岡 ダチュラスタッフ みおなさん（19歳）

←ふわふわで肌ざわり抜群のワンピは6,900円。たくさん荷物が入るバッグは7,900円で、両方ダチュラです★

ブラックだけで作るフランス人形コーデ★

東京 声優 ふらんさん（30歳）

→ワンピ×ニーハイで、自分的なお人形っぽいコーデに。いつもプチプラブランドを活用して、オシャレを楽しんでます😊

モノトーンのツイードは簡単にサマになります😊

大阪 薬剤師 りおなさん（27歳）

→リゼクシーのセットアップはパイピングが変わっているのが特徴。差し色のピンクバッグはミュウミュウです✧

オールブラックでも女らしくがテーマ★

東京 フリーター ルカさん（22歳）

トップス＆スカートは両方マーズ。黒だけど、かわいくなるのがお気に入りです♪ ジャケットはリップサービス。

キラキラのビジューで華やかモノトーン✧

福岡 デイライルノアールスタッフ moemeroさん（23歳）

胸元とポケットにビジューが付いた中綿コートは25,000円。パンプスもビジュー付き♥ 両方デイライルノアールです。

大阪 アパレル 中村あいさん（19歳）

引き締め効果の黒ですらっとスタイルよく♪

福岡 フリーター 城内由紀さん（24歳）

リップサービスのボトムは脚長に見えるからヘビロテ♥ エスペのブーティを合わせれば、さらに美脚度アップ✧

ハットやワンピでスタイルアップコーデ！

東京 主婦 武井希望さん（27歳）

アベイルのワンピは、千鳥柄の切り替え位置が高めだから1枚で脚長に✧ つば広ハットで目線を上げたのもポイントです。

開けて閉じてもかわいい大人気のファーコート✧

東京 デイライルノアールスタッフ 北澤佳弥乃さん（17歳）

東京 デイライルノアールスタッフ 岡田舞さん（27歳）

「19,500円のファーコートと8,900円のワンピは両方デイライル。インナーを黒で締めれば、膨張色の白も怖くないです♪」（岡田さん）、「19,500円のデイライルのファーコートは長め丈だから閉じるとワンピっぽく着られます♥」（北澤さん）

抱きしめたくなるような愛されモコモコファー♥

のっぺりしないよう素材感でメリハリ！

東京 フリーター 坂井寿美江さん（30歳）

→1枚でオシャレなコンビネゾンに、リッチなファーショールが付いたカーデを合わせました。両方スパイラルガール♥

ツイードのセットアップに女優帽でさらに品よく😊

福岡 OL 美穂さん（29歳）

レディで購入したツイードのセットアップは上品なところがお気に入り♥ マーキュリーデュオの女優帽でアクセント。

キラふわなコーデもモノトーンでセクシー化

東京 美容学生 ゆちぇるんさん（19歳）

パールボタンとファーがキラふわなアウターはリップサービスのもの✧ デイライルのワンピで色っぽさも忘れません！

白ニット×黒ニーハイは美脚に見える最強コンビ

東京 学生 ひいちゃんさん（18歳）

真っ赤なパンプスでシンプルコーデに遊び心♪

東京 学生 まりちょぺさん（17歳）

←「今日はH&MやFOREVER21のアイテムでコーデ。トータルで15,000円以下です！」（まりちょぺさん）、「H&Mのニットワンピは、ドルマンになっていて女の子っぽい♪」（まりちょぺさん）

ツイードのセットアップにはピンクバッグで脱・コンサバ

東京 学生 りりさん（18歳）

モノトーンで大人っぽさを重視😊 セットアップはダチュラで購入しました。サマンサタバサのピンクバッグで差し色♥

3大都市BOOM

暗くなりがちな冬コーデがパッと華やかに!

3 私たち冬も花柄に夢中です♪

モノトーン人気とは対照的に、レディ派のお姉さんから人気だった花柄♥ 鮮やかカラーや大柄で、ど派手に目立ちたい!

大人っぽく着るなら寒色系をチョイス✧

大阪 リップサービススタッフ(21歳) 竹内千春さん

5,900円のウィンターフラワー柄ワンピに15,900円のファーコートで、大人セクシーに♥ 両方リップサービスです。

鮮やかなバラ柄にセクシーレースがツボ♥

東京 看護師(28歳) あいちゃんさん

→このワンピは華やか&かわいくてお気に入り♥ アウターは姉agehaを見てゲットしました✧ 両方ダチュラのものです。

ダチュラの花柄はとにかくインパクト大♥

大阪 アパレル(21歳) 森琴美さん

←ひと目でどこのかわかる花柄感がポイント♪ ワンピは8,900円、ビジュー付きティペットは5,900円で、両方ダチュラ。

シックなカラーでも存在感のある特大花柄!

福岡 学生(23歳) みかさん

コートもワンピもリップサービス★ 黒が多めのコーデだけど、大花柄のおかげで重く見えません♪

1枚でクールにキマるリップの花柄ワンピはオススメ!

東京 リップサービススタッフ(20歳) 谷口美咲さん

デートにぴったりの花柄ワンピは5,900円。スタイルがよく見える14,900円の長め丈アウターもリップサービスです♥

花柄ワンピースにニットを重ねてスカート風に♪

福岡 フリーター(32歳) あいさん

←ニットトップスはダチュラの莉菜ちゃんコラボ♥ ワンピがタイトだから、上はゆるっとしてバランスをとりました!

鮮やかな花柄に黒を重ねて透かし魅せ

東京 アパレル(21歳) 松倉里奈さん

セシルマクビーで6,900円のワンピは、花柄に黒シフォンがレイヤードしていて凝っています♪ コートもセシル。

キレイめだけど花柄やビジューで自分らしく

福岡 会社員(30歳) 中田早苗さん

アウター、トップス、スカート、すべて天神コアのVGで購入。デイライルのバッグは発売して即ゲットしました♥

辛めなブラックコーデはバラ柄でテンションアップ

福岡 看護師(29歳) 植木裕子さん

←ただのモノトーンコーデだと物足りない! サイドにバラ柄がプリントされたリゼクシーのワンピで甘辛盛りに♥

セシルの花柄ワンピは異素材ミックスです!

福岡 アパレル(21歳) 横田実紀さん

6,900円のワンピは1枚でコーデしているように見えます♥ セシルのファーコートで目立つこと間違いなし!

ワンピ&アウターは莉菜ちゃんとオソロ♥

東京 会社員(25歳) にしみほさん

デイライルのワンピ&アウターはシンプルなのにセクシー✧ アクセやバッグもデイライルで、莉菜ちゃんとオソロです

シンプルトップスでも花柄を投入すればOK

東京 接客業(25歳) 里恵さん

ニットトップスとスカートはマーズで、アウターはネットで購入。シンプルなトップスでも、花柄で華やか♥

バラ柄といえばダチュラしかない♥

福岡 サービス業(21歳) 坂本美咲さん

格子柄×バラ柄の組み合わせは、ほかにはないかわいさ! ビジューとパールをたくさんあしらったアウターもダチュラ♪

絶妙なカラーの花柄でモノトーンに差し色

東京 フリーター(28歳) ふじめいさん

だいたんなバラ柄ワンピに白のティペットが映える♪

東京 ないしょ♥(秘密) わかにゃんさん

→どこで買ったか忘れてしまった花柄スカートは、デザインが気に入っています。トップスもレースで甘めなので黒アウターで辛さを投入。

ダチュラのワンピは袖がシースルーになっているのもポイント♥ 毛足が長めで高級感のあるティペットもダチュラです

本物の花束みたいなローズ柄ワンピース✧

福岡 フリーター(24歳) 藤田彩乃さん

→エミリアウィズのワンピはとにかく派手かわ♥ デュラスのアウターはヴィンテージ感のあるデニムがお気に入り!

ぼかし花柄のスカートとビジューで大人ギャル★

福岡 セシルマクビースタッフ(19歳) 小佐々彩楓さん

←アウターは8,900円、トップスは3,500円、スカートは5,900円、バッグは4,900円で、すべてセシルマクビーのものです!

デイライルのオリジナルローズフラワーは要チェック♪

福岡 デイライルノアールスタッフ(21歳) yurikaさん

激売れの花柄ワンピは8,500円✧ ビジューボタンがかわいい12,000円のコートと10,500円のバッグもオススメです♥

300人の中から素敵なお姉さんを表彰✧

お姉さん大賞を発表します♥

たくさんいた参加者の中から特に目を引いたお姉さんに、姉agehaから4つの大賞をプレゼント♥ おめでとうございます

親子でお姉さんファン賞



マニッシュだけど小物で女性らしく！

東京 会社員（35歳）中島名美子さん

シックな色合いで大人っぽく見せました★

東京 フリーター（19歳）ゆなさん

姉agaha歴3年の母と1年の娘さん♪ 母「アウターはデイライルでトップス&ボトムはGUです」、娘「アウターはセシルマクビーで、ほかは地元で購入したノーブランド」と、2人ともプチプラアイテムを上手に活用

理想のお姉さん賞



色っぽいのに上品な雰囲気はアラサー女子のお手本

東京 会社員（27歳）蓮さん

清楚なのに妖艶な雰囲気の蓮さん♥「ゴールドインフィニティーのレースジャケットが甘めなので、黒で引き締めました」と、コーデも絶妙のバランス！

フェロモン度はピカイチのクールセクシーなお姉さん♥

東京 リゼクシーモデルズ（27歳）見須幸代さん

セクシーなお姉さん代表の見須さん✧「アウター15,990円、ワンピ5,990円、サイハイブーツ14,990円は、すべてリゼクシー。着るだけで色っぽくなります♥」。

前回のスナップでも「美しい✧」と話題に！

大阪 飲食業（32歳）小林理絵さん

前回のスナップでも編集部で話題になった小林さんは、まさに理想のお姉さん！「今日はアーバンリサーチのムートンコートで大人カジュアルにしました♪」。

未来のお姉さん賞



お姉さんアゲハの派手なところが好き！

大阪 学生（16歳）堀井里奈さん

16歳に見えないくらい大人っぽくてスタイル抜群の堀井さん♪「ジャケットはデュラス、ワンピはデイライルです」。

優花ちゃんを意識したモノトーンコーデです♥

大阪 学生（12歳）小田愛華莉さん

花柄×キラキラで大好きな莉菜ちゃん風♥

大阪 学生（13歳）楠樺音さん

↑今回のスナップで最年少の2人★ 楠さん「姉agehaはモデルがみんなかわいい✧ 今日は全身ダチュラです」、小田さん「お洋服を参考にしてます♪ お気に入りのレース×ツイードワンピで来ました♥」。

ワールドワイドお姉さん賞



ダチュラのアウターはセクシーでお気に入り

東京 シンガー（27歳）エボニーさん

かわいくダチュラを着こなしていたエボニーさん。「このアウターは見た目のかわいさだけじゃなく、あたたかいとこも好き♥」。

ホワイト×ピンクでカジュアルプリンセス♪

東京 モデル（24歳）ケイティ・カーターさん

←とってもキュートなケイティさん。「今日のコーデはエミリアウィズのワンピに、リズリサのニットアウターです」。

メイクページを参考にしてます♥

東京 ショップスタッフ（28歳）LATIESHAさん

→「エミリアウィズのセットアップに、ディアマンテのブーツで洗練されたレディがテーマ✧」。知的な雰囲気がグッドです♪

去年とココが違う！ トレンドNEWS



1 プラダ人気が再加熱！

前回はシャネルのチェーンバッグがBOOMでしたが、今回はなんとプラダ率が急上昇★

ネイリスト（28歳）Chiakiさん

フリーター（26歳）和田千明さん

1児のママ（23歳）春菜さん

主婦（25歳）みっくーさん

「何にでも合う」（Chiakiさん）、「大きさがちょうどいい」（みっくーさん）、「使いやすい」（春菜さん）、「スタッズがかわいい♥」（和田さん）

2 パンツスタイルのお姉さんが急増！

前回は1割以下だったのにカジュアルBOOMでお姉さんにも浸透♥

右から、エヴリス、サードバイヴァンキッシュ、アズールバイマウジー、ロデオ、マウジー、スライのパンツ✧ カジュアルパンツにシンプルアイテムで、大人っぽく着るのがルール♪

キャバクラ勤務（24歳）エリーさん

秘密（21歳）兼坂真理子さん

アルバイト（21歳）きいちゃんさん

休業中（23歳）yuisaさん

自由人（26歳）優美さん

ママ（25歳）MEGさん

3 ボルドーの女優帽に人気が集中！

巻きおろしだけじゃ物足りなくなったお姉さんにツボのようです♥

アパレル（24歳）中原舞さん

会社員（26歳）Yunaさん

アパレル（21歳）長友好美さん

美容業（30歳）りおにゃんさん

デイライルノアールスタッフ（22歳）harukaさん

「ハットはデュラスで4,900円です♪」（中原さん）、「セシルのハットは差し色として大活躍」（Yunaさん&長友さん）、「ボルドーハットで上品レディに♥」（りおにゃんさん）、「デイライルのハットは4,900円です★」（harukaさん）



3大都市SNAP!

まだまだ載せきれなかったお姉さんを一挙紹介!

たくさん来てくださりありがとうございました!

前回を超える人数のお姉さんが参加してくださった今回の3大都市スナップ✧ 次回もどうぞよろしくお願い致します♥

SHIBUYA 109

SHIBUYA109

7DAYS BARGAIN

2016.1.2(sat)-8(fri)



SHIZUOKA / ABENO / KAGOSHIMA 1.1(fri)～
MACHIDA / KOHRINBO 1.2(sat)～

www.shibuya109.jp

リエンダ、リゼクシー、リップサービス
お姉さんが大好きなブランドが勢ぞろい!!

SHIBUYA 109 ABENO で かなえがショッピング♥

お姉さんたちのお買い物スポットとして注目されている大阪・阿倍野。その中でもSHIBUYA109ABENOには、フェミニン系ブランドがそろっていると評判😊
今回は、かなえも大好きな3ブランドの新作をショッピングしに行ってきました♪

PHOTO_Natsumi Takemura(ROCOSTYLE) EDIT&TEXT_Setsuko Chigira



モール内は広々としていてゆっくり買い物ができるよ♥

専属モデル 杉山佳那恵(30歳/東京都)独身・子供なし



今日はかわいい冬服いっぱいGETしたいな♪

ショッピングStart★

まずはリエンダ!



モール入り口の真正面にあるリエンダは白を基調とした上品な内装。店内も広々していて、じっくり選べる😊



かわいい冬ワンピないかな〜♥

「これ、ふわふわで気持ちいい〜♪」と、何やら素敵なワンピを見つけたよ。



もこもこの白ワンピはデートにもピッタリ♥

かなえのおすすめ リエンダコーデ

コート¥16,000、ワンピース¥7,000、パンプス¥12,000/すべてrienda(バロックジャパンリミテッド) タイツ/本人私物

次はリゼクシー!



リエンダの隣にあるリゼクシー。スタイリッシュな店内で、大人レディなアイテムをたくさんショッピング♪



どっちの色が似合うかな〜?

さわり心地&着心地バツグンのファーコートを発見😊「黒とベージュで悩む〜」。



カジュアルなボーダーもリッチなファーでイイ女♥

かなえのおすすめ リゼクシーコーデ

コート¥14,990、トップス¥6,490、スカート¥5,990、パンプス¥11,990/すべてRESEXXY SHIBUYA109ABENO店

最後はリップサービス!



リゼクシーのナナメ前にあるリップサービス。シックな店内には、ちょっぴり辛めなセクシーアイテムがズラリ!!



かながモデルのカタログ発見♪

さやかと一緒にモデルをしたカタログは、ファンからも大好評★



くびれを強調できるふわピタ美ラインワンピ✧

かなえのおすすめ リップサービスコーデ

コート¥16,500、ワンピース¥6,900、ネックレス¥2,200、ニーハイブーツ¥11,900/すべてLIP SERVICE

http://109abeno.jp/

LINE@・Twitter:SHIBUYA109ABENO

㊟大阪府大阪市阿倍野区阿倍野筋1-6-1 あべのキューズモール2F



12月10日(木) 冬BARGAIN情報解禁予定!!

全国初 "接客力 No.1" 決定戦♡

CLUB RADIO　CLUB DEAR　CLUB Bee × 姉ageha

\続々エントリー中!/

おもてなし選手権 続報!!!

第1回

全国でクラブを展開するアローグループが、姉 ageha の全面バックアップの元に開催する "おもてなし選手権"。キャストの参加エントリーはまだ始まったばかり♡　どんなお店でおもてなしバトルが繰り広げられるのか、舞台となる３店舗の誌上見学ツアーを開催！

PHOTO_Daichi Yoshioka (ROCO STUDIO), Yoshinobu Bito[RINA]　EDIT&TEXT_Midori Sasaki



専属モデル
桜井莉菜
独身・子供なし（32歳／東京都）

着物一式（レンタル価格）
¥15,000／銀座MIYOSHI

OMOTENASHI Championship 2016.2.1-29

おもてなし選手権とは

北新地にあるアローグループの３つのお店を舞台に、おもてなし No.1 キャストを決める接客力選手権。審査されるのはキャストとしてのルックス・接客技術・会話力♡　応募条件は 18～35 歳の女性でイベント開催中のお店で１週間以上勤務できること、それだけ!　しかも、大阪滞在中のホテルの手配や、往復交通費も支給されるから遠方からのエントリーでも安心✧　我こそはと思う全国津々浦々のちょうちょのみなさま、関西観光を兼ねてイベントに参加してみませんか♡
*遠方からの参加の場合、事前に書類審査あり

グランプリ賞品

1. 姉 ageha 誌面にて１年間連載ページを持てる
2. アローグループより金一封
3. 桜井莉菜の所属事務所Any-Kに面接なしで所属できる

*グランプリの方は Any-K との所属契約が必要となります。現在、特定のプロダクションと契約されている方も応募できますが、こちらの条件に同意される方のみご応募ください。

<注意事項>
- 個人情報は厳重な保護と適正な管理を行います。
- 応募いただいた方へ本企画の関連情報をメールやLINE にてお送りする場合があります。

イベント開催店 誌上見学ツアー♪ おもてなしのステージ &キャストをご紹介♡

新地ニュークラブームの火付け役
CLUB DEAR 北新地

☎ 06-6442-7775



ブラック&ゴールドの華やかなインテリア✧



高級和紙を使った壁面照明がシック



入りやすい路面店 外観もおしゃれ✧

新地に開店して 14 年、リーマンショックの際も客足が途絶えなかったという人気店。イベントを実施する３店舗の中ではお客さんの収容人数が最多。フリーのお客さんも多く、新人でも顧客をつかみやすいのが魅力。

店舗データ

卓数	30 卓
セット料金	60分9,000円～
客層	サラリーマンから芸能人まで幅広い客層
在籍キャスト	70人
キャストの出勤人数	30～35人
キャストの年齢層	20～30歳が中心

ディアーといえばブランド力と安定した集客力。女のコもスタッフもほんわかした人ばかりなので接客初心者にもオススメのお店だよ♥



アイリのおもてなしドレス

中ミニでスラリと美脚 勝負デー限定ドレス♡

普段、お店ではワンピースを着ることが多いけど、ここぞという日はゴージャスドレス♡



私もエントリー中♪

CLUB DEAR北新地勤務(26歳)
アイリさん

お店の居心地がよくて気づけば在籍5年目♡

♥アイリの接客心得♥

1. お客さんの目をしっかり見て会話
2. お客さんと一緒に楽しむ♥
3. とにかく盛り上げる！

明るく盛り上げる接客が得意✧　そのためならお酒もガンガン飲みます。どれだけ酔っても家まで帰りつける精神力と肝臓力が自慢です♥



さよのおもてなしドレス

ペプラムがフェミニンで気品あふれる装い♡

上品で大人っぽいデザインが多い Andy のドレスが好き。今日もAndy のセットアップ♥



私もエントリー中♪

CLUB DEAR北新地勤務(27歳)
さよさん

8年間、毎日欠かさず顧客ノートつけてます♥

自分が"商品である"という意識を持って、美容と健康と元気を心がけています。ディアーは美意識の高いコが多いので刺激になる!

♥さよの接客心得♥

1. ニーズに合わせて接客する
2. 親しき仲にも礼儀あり!!
3. 1回1回の接客を振り返る

「今の接客はよかった!」と自分でも思えるくらい 1回1回を大切に、が信条♡　挨拶や名刺の渡し方など基本もおろそかにしない☆

\こんな感じ/



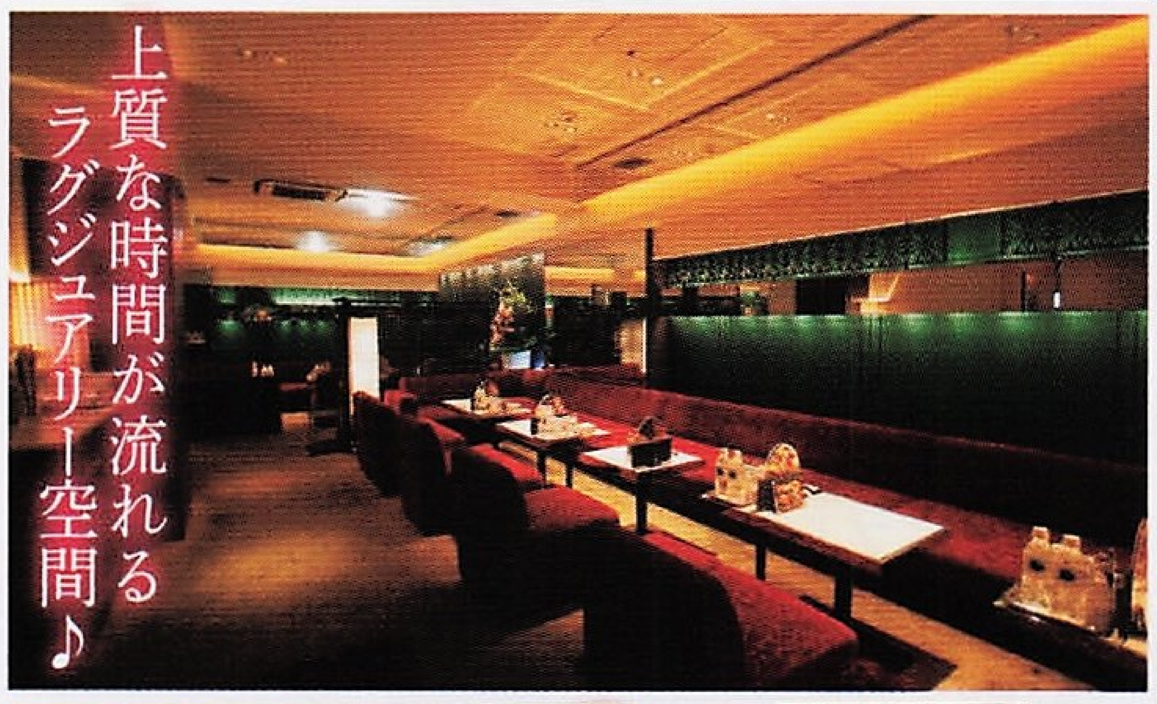
おしゃべりさんには聞き上手に徹します♪

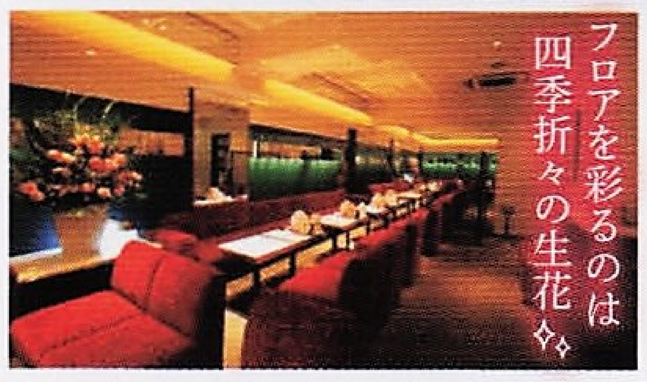
話を聞いてほしい人、盛り上がりたい人、何を求めているかで接客スタイルをチェンジ♪

夜な夜なセレブが集う高級店✧

CLUB RADIO

☎06-6344-3434





イベント実施店舗の中でもルックス、接客技術ともにハイレベルなキャストがシノギをけずる有名店。今の店よりワンランク上に進みたいと思っているお姉さん、こちらへどうぞ♡

店舗データ

- **卓数** 18卓
- **セット料金** 60分9,000円〜
- **客層** 経営者、スポーツ選手、業界人多数
- **在籍キャスト** 50人
- **キャストの出勤人数** 20〜30人
- **キャストの年齢層** 18〜29歳が中心



私もエントリー中♪



美紗さん CLUB RADIO勤務（23歳）

有名グループの系列だったことが入店のキッカケで、かれこれ在籍2年半。何かと融通がきくお店だからWワークのコにも向いてる♥

美紗の接客心得

1. 明るい笑顔を絶やさない♪
2. 来たことを後悔させない♡
3. 昔から仲がいいつもりで✧

たとえプライベートで嫌なことがあってもお店では笑顔！ 仕事と私生活は完全に切り離して仕事のときは接客のプロに徹します♪

\こんな感じ/



笑顔も大事な接客術のひとつ。思っている以上に男性は女性の笑顔に癒されるみたい☺

ちなみに



キャスト人気が高いロゼのシャンパン。バラ色がキレイだしフルーティーで飲みやすい♪



店服はキラキラ系ドレス、時々私服ワンピというバリエーション。今日はミシェルマカロン♥

私もエントリー中♪



ゆきさん CLUB RADIO勤務（29歳）

ラジオに入店してまだ2カ月だけど、女のコもみんなキラキラしてるし、スタッフもフレンドリー。雰囲気のいいお店で働きやすい✧

ゆきの接客心得

1. 常に本気、常に全力!!
2. 思いやりを忘れるべからず！
3. 真心も忘れるべからず☺

水割りひとつ作るにしても真心を込めるのと込めないのとでは、伝わるものがちがうと思う。知れば知るほど水商売は奥が深いです♪



ビジューが華やかなこのドレスはデイジーストアで。普段からキレイめドレスが多いです♡



やよいの接客心得

1. 近距離接客！
2. 空気をいち早く読む✧
3. 関西人っぽい親近感😸

場の空気は読みつつ、自由奔放に振舞うのが私の接客スタイル。関西人っぽい親しみやすさとノリのよさでテーブルを盛り上げます！

私もエントリー中♪



やよいさん CLUB Bee勤務（22歳）

店舗データ

- **卓数** 18卓
- **セット料金** 60分9,000円〜
- **客層** 有名企業の重役クラス、芸能関係者多数
- **在籍キャスト** 50人
- **キャストの出勤人数** 約25人
- **キャストの年齢層** 20〜30歳が中心

入店して3カ月。お店のお姉さんも親しみやすいし、ボーイさんも親切。安心して働けますよ。しかもお客さんがめっちゃ優しいです♥

私もエントリー中♪



サトコさん CLUB Bee勤務（21歳）

お店の人のスカウトで入店して3カ月経ちました。しっかりした黒服さんが多くて目配りが行き届いているお店。客層もいいですよ♥

サトコの接客心得

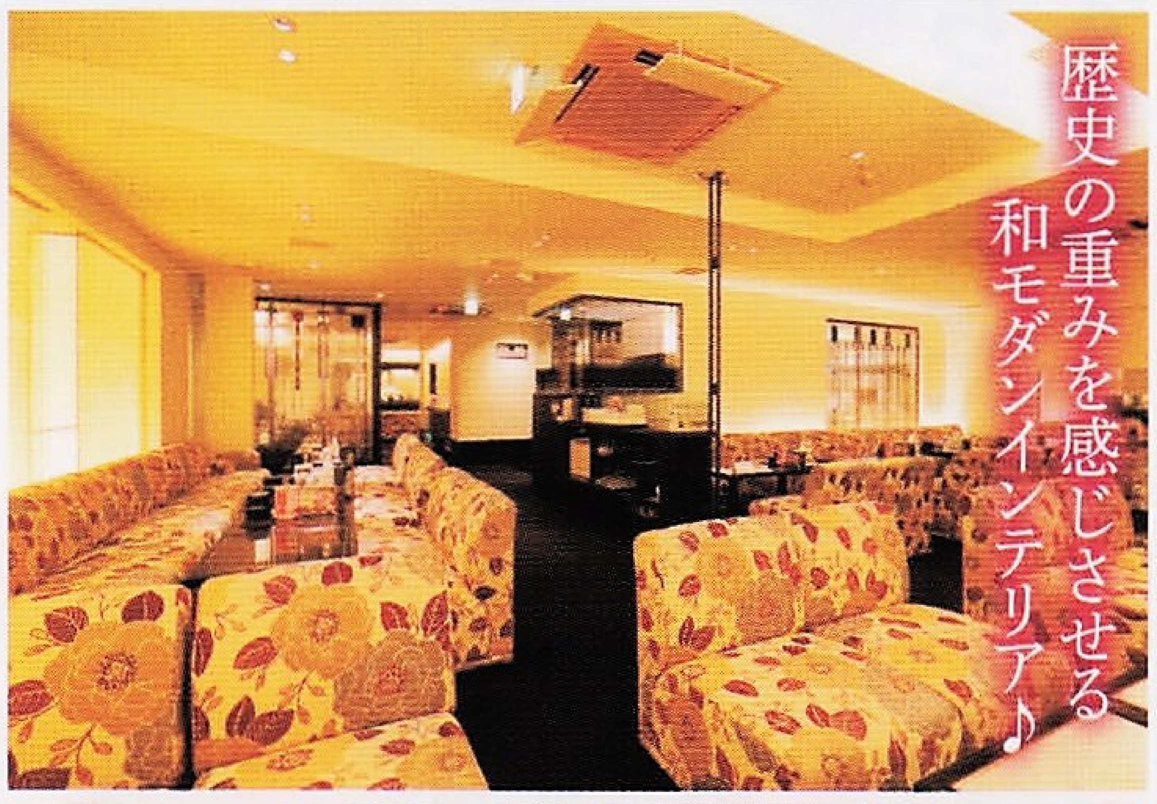
1. ドリンクを空にしない♥
2. テーブルまわりは整理整頓
3. 会話の"間"をあけない✧

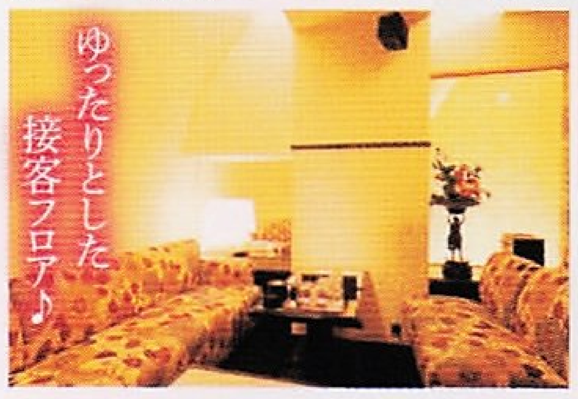
飲む席でも落ち着いた席でも、場面に合わせてノリを調節。キレイなハンカチを使うことや丁寧な言葉遣いなど基本も大事にしてます♥

15年続く新地の老舗クラブ♡

CLUB Bee 北新地

☎06-4799-1555







広々としたフロアに大型ソファーを配した店内は、接待利用が多いのも納得の贅沢空間。顧客には会社役員や経営者も多く、ベテラン嬢が実力を発揮するにはうってつけの舞台！



★選手権イベント概要★

★実施スケジュール

参加者募集期間／〜2016年1月31日

本選／2016年2月1日〜2月29日

結果発表／2016年4月7日 姉ageha誌面にて発表!!

★グランプリ審査方法

期間中の売り上げやお客様の人気投票、キャストからの推薦を元に加点方式でランキングを作成。最終審査はアローグループ、姉ageha 編集部にてグランプリ対象者を選定の上、発表します。

★応募条件

18〜35歳の女性で、イベントを行う右記3店舗で1週間以上勤務できる方、勤務をしている方。

★応募方法

下記電話窓口より、ご応募ください。

☎06-6208-2527

*10〜16時(月〜土)まで。それ以外の時間は勤務希望店舗に直接お問い合わせください。

♥協賛企業♥

eight 飛牛 TIP

★イベント実施店舗（http://arrow-g.com）

CLUB RADIO	CLUB Bee	CLUB DEAR 北新地
☎06-6344-3434	☎06-4799-1555	☎06-6442-7775

◆勤務に当たって下記保障◆

- 時給6,000〜10,000円、日払いあり♡
- 1日体験入店あり
- 貸衣装、提携セットサロン完備
- 勤務期間中、シティホテルの手配可能
- 遠方の場合、大阪までの往復交通費支給、1週間の体験入店ツアーもご用意！

*遠方から参加の場合、事前に書類審査あり

お酒を飲みながら美容&健康&ダイエット♥

お酒×Juicy Slim Bodyではじめるニューライフ

パーティー大好きさやか&りえは連日の飲みでもキレイを保ってスタイルキープ！
秘密はお酒と一緒にジューシースリムボディを飲んでるから♥　夜働く女性は即マネ必須です♪

PHOTO_Nobuyuki Sasaki　HAIR&MAKE_Emiko Matsumae　STYLING_Kaori Nara　THANK_AWABEES

（さやか）ドレス￥20,800、（りえ）￥9,800／ともにsugar　（左ページコルセット）ピンクコルセット¥36,250、ブラックパニエ¥3,600／ともにCorrida Corset



シャンパンで割るのがさやか流 今日もJSBでいっちゃう？

専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし
荒木さやか

りえは毎日飲むから手放せない 美味しいから飲みすぎちゃうw

広島の看護学生（30歳／広島県）
独身・子供なし
青木りえさん

さやか＆りえも実践してるJSB（ジューシースリムボディ）のおすすめの飲み方 おいしいのはもちろん翌朝のお肌や二日酔いにもGOOD♪

ジューシースリムボディはアセロラ風味でどんなお酒とも合うのが魅力！　夜の仕事の方にもおすすめ！
シャンパン割りはパーティーや女子会にも合うから、飲みの増えるこれからのシーズンにぴったり♪

他にもおすすめ♪　JSB×お酒割り

テキーラ、イエガーもクセがなくなって飲みやすいよ♪

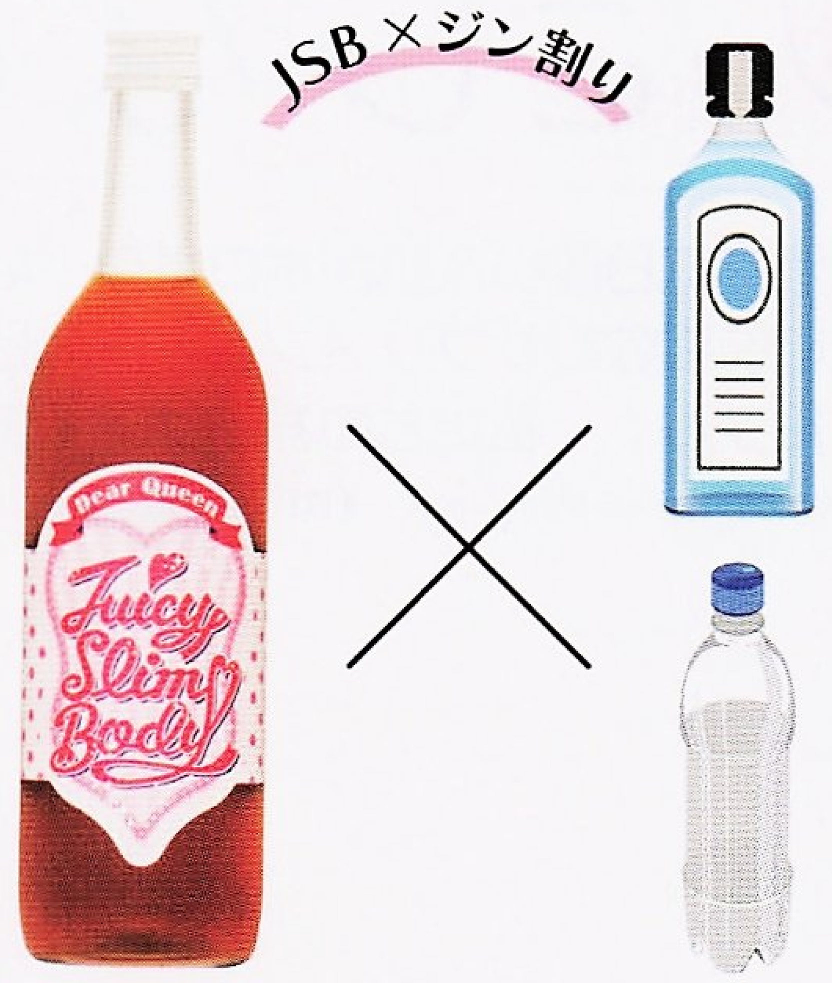
ハイボール割りはさっぱりしてるからどんな料理とも◎！

焼酎ストレート＆水割りはしっとり飲みにおすすめ♥



JSB×ジン割り

りえ おすすめの飲み方



ジューシースリムボディをジンで割ると、スッキリして飲みやすい♪　さらに炭酸で割ると二日酔いにもなりにくいよ！

JSB×シャンパン割り

さやか おすすめの飲み方



ジューシースリムボディとシャンパンを割るのが大好き♥ さっぱりだし翌日もスッキリ！ この飲み方なら何杯でもいける(笑)。

おいしくてダイエットにも美肌にも効果的♥ 万能酵素ジューシースリムボディのすごさをもう一度おさらい♪

飲む機会が増えるこの季節、ジューシースリムボディと一緒なら体重の増加や肌荒れの心配もなし♪
そんな万能酵素ドリンクジューシースリムボディの素敵ポイントをご紹介♥



業界トップレベルの148種類

食べ物だけでは摂りきれない野菜、果物、海藻、野草等の原料を配合。
新陳代謝が上がり便秘解消、太りづらい身体がつくれます。

飲みやすく飽きずに続けられる

アセロラ味で色んな飲み方が楽しめ、原液でも飲めちゃう♥
市販の酵素ドリンクと比べても断然おいしい！

100ml＝約76kcalと低カロリー

高カロリーのイメージがある酵素。このジューシースリムボディは
市販の酵素ドリンクの約半分のカロリーで安心！

お財布にも嬉しいプチプライス

お高いイメージの酵素だけどジューシースリムボディなら1本4,750円(税別)
とプチプら♪　2本・4本買うとさらにお得！

ジューシースリムモデル大募集

いよいよ
締め切り間近!
ジューシースリムボディ
スタイルアップして
どしどし
応募してね♥

2015年12月25日消印有効



ジューシースリムボディを飲んで、あなたも姉agehaにモデルとして出演しませんか？　サイトからジューシースリムボディを購入すると、かわいいコルセットを着て姉ageha3月号のジューシースリムボディ企画のメインモデルに応募できるプロフィールシートが送られてきます。プロフィールシートに、下記合い言葉、現体重と写真、ジューシースリムを飲んで痩せた体重と写真、その他応募事項を書いてポストへ投函♪

◆応募は購入者のみとなります。◆体重を偽る、画像を加工するなど虚偽の申告があった場合は応募資格がなくなります。◆合格者のみ編集部から連絡いたします。

合い言葉

「ジューシースリムボディ」



※コルセットはイメージです

ジューシースリムボディ　検索

0120-448-777 株式会社 NA2

グイっと飲む前にコクっと飲む!

飲んだ翌日のひどい顔におさらばするときがきました♪

姉的♥お酒のたしなみ新常識

年末年始は飲みの機会が増えるシーズン。連日のお酒で二日酔い&肌がボロボロ…なんてお困りの人もいるのでは？
そんな人におすすめなのが飲む前に飲むサプリメント、ホスピノール！
飲んだ次の日でも気分スッキリ、お肌プルプル♪　私たちのお助けアイテム間違いなしです♥

PHOTO_Nobuyuki Sasaki　**HAIR&MAKE**_Emiko Matsumae　**EDIT&TEXE**_Tomomi Okudaira

美の観点からつくられた飲む前に飲むサプリメント

飲む前に飲むサプリメントはいくつかあるけど、ホスピノールは飲んだ翌日の気分をスッキリさせる成分に、肌の調子をUPしてくれるお肌のサポート成分も配合。

うれしい機能が満載のこのホスピノール、美のエキスパート湘南美容外科が共同開発したというから納得！　酵母、酵素、ポリコサノールの3つの成分によって、体の中から効率よくキレイ作りをサポートしてくれます。ドリンクタイプと違って飲みやすいのもうれしいかぎり♥

「どんなに飲んでも美しくいられるサプリメントはありませんか？」の一声から開発が始まり、今では幅広い世代の女性が愛飲中！　飲んだ翌朝も気分スッキリお肌プルプルでいられるなら、この時期の連日飲みも怖くありません！

さあ今日も、コクっと飲んでいっちょやりますか♪

こんなシーンにもおすすめ！

翌日朝から予定があるけど飲み会になって…

疲れているときに飲んだら肌荒れが心配

お休み前におもいっきり飲みたい!!



専属モデル 荒木さやか（30歳／東京都）独身・子供なし



ホスピノール 12,000円
（1箱／1包3粒×30袋分）

sugar

ホスピノール購入はココから

sugar 公式

http://www.sugar-net.com/

マッコイ

ギャップ美人コンテスト

ファイナリスト20名決定!!!



8月から始動したマッコイギャップ美人コンテストもいよいよ終盤！
厳しい審査を勝ち抜き、セラピーを受け続けているファイナリスト20名をご紹介✧
コンプレックスだった“ぽっちゃり”を克服して美しく変身してゆく姿から目が離せない！

PHOTO_Nobuyuki Sasaki［SAYO］ **HAIR&MAKE**_Emiko Matsumae［SAYO］ **MODEL**_Sayo Hayakawa **EDIT&TEXT**_Yuriko Isayama

マッコイ ギャップ美人コンテストって？

強力な痩身ジェル「ノンFモンスター」のマッコイと、姉agehaのコラボレーション企画！ 20～28歳までのぽっちゃりがコンプレックスの女子で、マッコイ認定のエステサロンに通える人なら誰でもエントリー可能☆ グランプリに輝いたら、姉agehaの誌面やマッコイ商品のPRセミナーイベントで活躍の機会もゲット♪

グランプリ受賞者にはマッコイ主催のイベント他、さまざまな活動の場を用意しております。美しく変身して輝いてほしいですね。



㈱マッコイ代表取締役
新居理恵

長年アトピー肌に悩まされていた経験から肌理論を徹底的に学び直す。その結果、「発酵技術」に出合い、マッコイ化粧品の開発に成功。平成17年、有限会社マッコイ設立。現在、化粧品開発販売、大阪府八尾市でエステサロンを経営。

肩こりがなくなった！ バストアップ♡ ヤセた！ むくまなくなった

ファイナリストたちも実感！

ノンFメソッド筋膜リリースセラピーとは？

プロスポーツ業界でも注目の 筋膜リリース × エステティック理論 を融合させた新技術！

体中を包んでいる筋膜をほぐすことで、代謝アップ＆姿勢改善♪ 「ノンFメソッド筋膜リリースセラピー」は1回でわかる驚きの効果！ マッコイ認定のエステサロンは全国に500店舗以上あって、「今までにない痩身テクニック」と話題沸騰♥

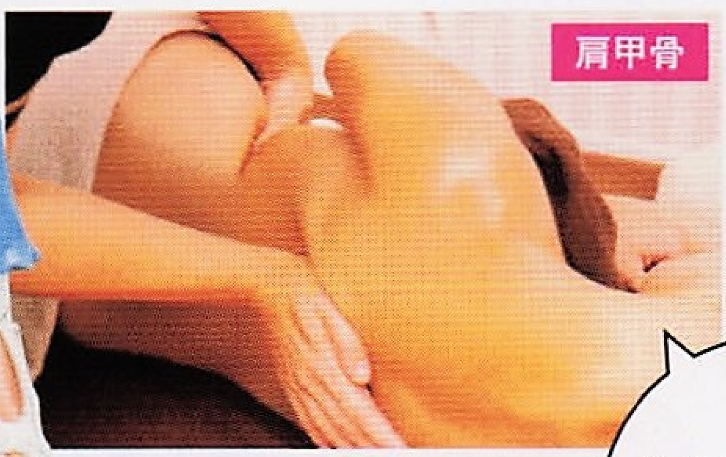


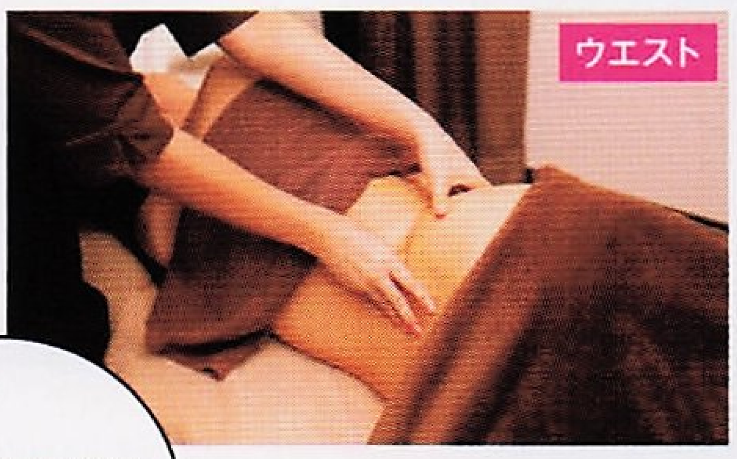
筋膜ってなに?



“筋膜”とは筋肉を包み込んでいる膜のような繊維で、実は頭のてっぺんから脚の先まで1枚で繋がっています。でもこの筋膜が生活習慣によってこり固まると、セルライトを溜めやすい体に!!







あらゆる部位の筋膜をリリース

浸透系ミネラルクリーム ノンFモンスターの使用で効果絶大



マッコイ独自開発のクリーム。100%植物由来原料のイソラムネチンが脂肪幹細胞にまで働きかけてセルライトにアプローチ！ ミス・ワールドジャパン2014・2015の認定コスメに採用されるなど、世界レベルで注目されている。ノンFモンスター 250g¥14,000（マッコイ認定サロンでのみ購入可）

プリンセスティアラ・ネックレス・ピアス3点セット¥2,980《税込》、ビジュー付き背中編み上げベアAラインロングドレス¥4,980《税込》／dazzy

途中経過レポート

全国から選ばれたファイナリスト20名がここに集結♪ ２人３脚で頑張ってきたエステティシャンさんにもコメントをもらったよ！

NO.7 高柳裕香さん
Yuka Takayanagi



埼玉県在住、元ナースで1児のママ。産後は67kgまで達して旦那にも昔はもっと痩せてたのに♢と言われてしまい、ダイエットを決意✧。

Ehthetician's Voice **均整の撮れた美しい体に整えます**

癒やしのサロン Lirio～リリオ～ 新井 ベロニカさん



元ナースという共通点もあり、二人三脚で頑張ってきました！健康で綺麗な美Bodyを手に入れて、グランプリを目指すぞ☺

NO.8 河原千佳さん
Chika Kawahara



兵庫県在住のママ。ぽっちゃりしている上に背が低いのがコンプレックス。海で堂々とビキニを着られる綺麗なお母さんになるのが夢✧。

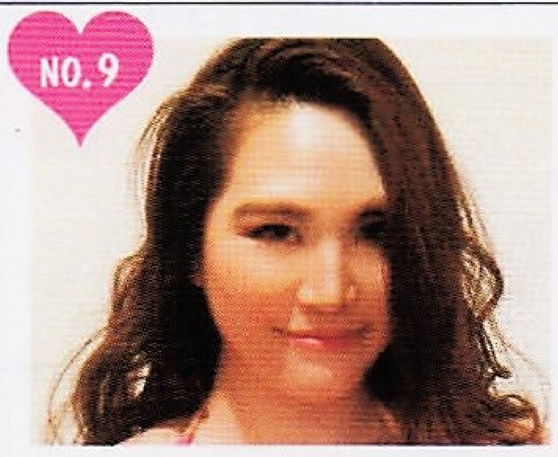
Ehthetician's Voice **長年の経験を生かして挑むぞ！**

Esthetic Resort CoCo 平岡 麻衣さん



エステティシャン歴12年。講師経験も生かした知識・技術で挑みます！　兵庫一キレイな母ちゃんになってもらってグランプリとるで♥

NO.9 山崎 栞さん
Shiori Yamazaki



ラーメンを愛する23歳。年内に入籍予定にも関わらず、1年で9キロ増量!!　ウエディングドレス姿を旦那に見せるためにも決死の覚悟で挑戦✧。

Ehthetician's Voice **美しい花嫁に仕上げてみせます！**

AQUA Beaute 占部 由香さん



もともとハーフ顔でキレイな山崎さん。美しく痩せてモデル体形になり、さらに輝いて頂けるよう全力を尽くします。一緒に頑張りましょう。

NO.10 松尾佳奈さん
Kana Matsuo



奈良県在住の26歳。楽しく痩せることをモットーに、ダイエットに挑戦！　ぽっこりお腹もへこみ、美しいラインが出てきました。

Ehthetician's Voice **無理せず楽しく痩せましょう！**

HOT·GOOD·SHE 山本 受実(つぐみ)さん



アットホームなお店です。よもぎ蒸しやリンパマッサージの施術もやっています。代謝を上げながら無理なく美しい体に導きます。

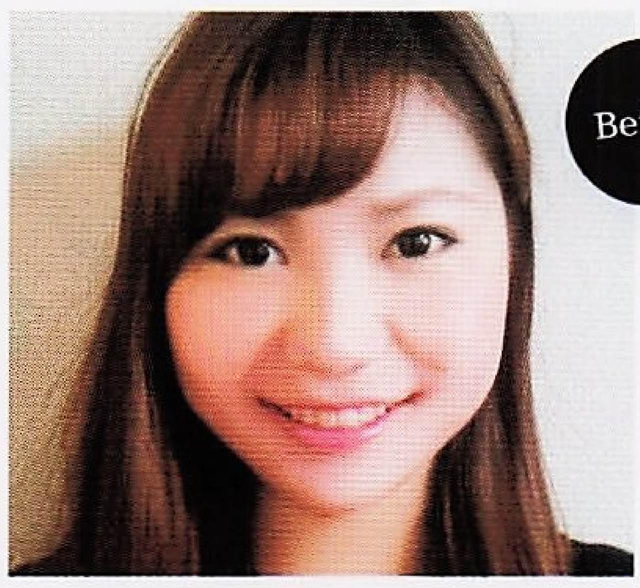
ノンFモンスターはホームケアにも最適



施術でも使われるノンFモンスターをホームケアにも取り入れたら効果バツグン!!　浸透型ミネラルが脂肪幹細胞に働きかけて、痩せやすい体に導いてくれる。継続使用すれば、血行促進、新陳代謝向上、むくみが改善するだけでなく、肌はやわらかく滑らかになり、美白効果も期待できちゃうよ♪

NO.1 轟木茉百奈さん
Mayuna Todoroki

美容通で美容専門学校卒業後、奈良県の美容院でアシスタントとして働く21歳。試したダイエットは数知れず。「今回は結果出します！」



Before





After

体重は3.2kg、ウエストは10cm減♪　代謝が上がったためか、体も冷えにくくなった☆

Ehthetician's Voice **目指すのはメリハリのある3Dボディ**

隠れ家サロン Coussin de Lyon 俣野 みゆきさん



ただ痩せるだけではなくて、メリハリのある３Dボディ作りを心がけてきました。特に女らしさの出るウエスト周りはしっかりケア。

NO.4 佐藤みなみさん
Minami Sato



都内の大学に通う21歳。11月には友達に後押しされて大学のミスコンにも出場予定！そのためにも全力でボディメイキングに臨みます✧。

Ehthetician's Voice **健康美を目指します✧。**

加圧ビューティーテラス CLASS1 恵比寿店 竹浪 舞さん



エステティシャン暦10年以上の経験を活かして必ず結果を出していきます!!　スリムでヘルシーな美ボディでグランプリを獲るぞ♪

NO.2 藤原美紀子さん
Mikiko Fujihara



10代の頃からダイエットとリバウンドを繰り返し20代後半になって痩せにくくなったという藤原さん。今回はリバウンドせず痩せて美逆転を狙う！

Ehthetician's Voice **現在すでに8kgヤセました✧。**

レコンテ本店 前田 桂子さん



53.8kgあった体重は45kgに♪　ノンFシリーズは魔法のクリーム。必ず結果が出る筋膜リリースで、藤原さんを一番美しく仕上げます。

NO.5 菊地香里さん
Kaori Kikuchi



変身して希望と勇気を与えたいという菊池さん。なんと現時点で体重－6kg、体脂肪－7％、ウエスト－14cmの結果が出ています✧。

Ehthetician's Voice **ダイエットは心と体の見直しです**

Racines 小林 由美さん



カウンセリング重視のサロンです。今はまだ眠っている可能性を引き出して、キレイになるお手伝いをさせていただきます。

NO.3 安田有紀さん
Yuki Yasuda



東京都在住、歌手を夢見る27歳。まずはダイエットに成功してモデル体形になることが目標！　自信をつけて夢への一歩を踏み出す✧。

Ehthetician's Voice **夢に向かって頑張りましょう！**

アコラージュ 伊藤 名月さん



結果を必ず出すサロンです。力を合わせて楽しんで、モデル体形を手に入れて優勝して、人生を変えましょう！　夢を叶えましょう！

NO.6 木村文香さん
Ayaka Kimura

三重県在住の24歳。ノンFモンスターの効き目はバツグンで贅肉がなくなり美しいシルエットに。コンテストに向けてさらに磨き上げる。



Before





贅肉というコートを脱いだらこんなにすっきり✧

After

太ももの横のハリや、ウエストのムダ肉がなくなってすっきり♥　目指せ、憧れのモデル体形。

Ehthetician's Voice **体形が劇的に変わっています**

amour beaute 大河内 郁さん



ノンFモンスターに出会って数カ月ですが、その威力に驚かされています。楽しみながら頑張ります！これからがさらに楽しみです。

ファイナリスト20名の

NO.16 朝長比奈子さん
Hinako Tomonaga

都内在住の23歳。「やるときはやります！　一生に一度のダイエットに挑戦したいです！」と気合いも十分☝　すでに体形にも変化が✧。






体形がすっきりした他に、筋膜リリースを始めて以来、肩こりもなくなって体調もいいです♪

Ethtetician's Voice　筋膜リリースなら任せて！



サロンドヴィーナス 新宿店 小俣 千夏さん

得意の筋膜リリースでメリハリのあるBodyを創り上げます✧。はがして、はがして、磨き上げて、朝長さんと二人三脚で頑張ります♪

NO.11 日浦衣梨さん
Eri Hiura



広島県在住の25歳。体重は今のとこ−1kg。ウエストは−6cm減、体脂肪も3%落ちて、見た目も激変！ コンテストに向けて総仕上げにかかる♥

Ethtetician's Voice　広島パワーで頑張るぞ！



cosmetics& beauty グランディール 福岡 直子さん

女性のなりたいを叶える！ キラキラ輝くお手伝いをしたいとエントリーしました。広島パワーでグランプリを目指します！

NO.12 高橋李佳子さん
Rikako Takahashi



都内在住の21歳。一年で10キロ太ってしまったのでこの機会に挽回を狙う。元々の身長の高さと手足の長さを活かしてコンテストに挑む✧。

Ethtetician's Voice　均整の撮れた美しい体に整えます



BEAUTY GARDEN 千野 真寿美さん

アットホームな小さなサロンです。カウンセリングを大切にしながら、高橋さんのチャームポイントが活きる施術を心がけています♥

NO.18 ジャスティス愛理さん
Airi Justice



憧れの仕事はモデル。実際は週6で焼き鳥屋でバイトをしているというジャスティスさん。夢を叶える一歩にと思いコンテストに応募✧。

Ethtetician's Voice　私にお任せ下さい！



酸素カプセルサロン　君の風 小原 敦子さん

酸素カプセルの施術とダブルでアプローチして内側から体質改善していきます。美しく変身して、モデルになる夢も叶えましょう！

NO.17 松下結実さん
Yumi Matsushita



以前は水着を着るお仕事をしていたという松下さん。出産後は体形が戻らず旦那様に、「いつ痩せるの？」と言われてしまい一念発起して応募!!

Ethtetician's Voice　上質な時間の中で施術します✧。



Tiara 西麻布店 冨樫 倫子さん

Tiara 西麻布店は、落ち着いた空間です。松下さんにはリラックスして頂き、寛いだ時間の中で体に向き合いキレイになって欲しいです。

NO.13 山本桂子さん
Keiko Yamamoto



大阪府在住25歳。ダイエットとリバウンドを繰り返した結果、気がつけば8kgも増量。変わりたいという願いを胸にサロンに通う日々！

Ethtetician's Voice　長年の経験を生かして挑むぞ！



Salon La Reine (サロンラレーヌ) 甲斐 優子さん

筋膜を整えればリバウンドを繰り返さない体になれます✧。取得した筋膜リリースの技術を存分に発揮できるように頑張ります。

NO.19 吹澤仁美さん
Hitomi Fukizawa

栃木県在住の、2歳の男の子ママ。妊娠して8キロ増量◊　自分磨きが大好きで、痩せてオシャレでキレイなママになることが目標♥






太ももの横のハリや、ウエストのムダ肉がなくなってすっきり♡　目指せ、憧れのモデル体形。

Ethtetician's Voice　岩盤浴とのコラボで痩せる✧。



ビューティー&ストーンスパ花 高橋 美咲さん

筋膜リリースでメリハリボディ！ 当店の岩盤浴とのコラボでさらに究極ボディを目指しましょう。代謝もアップして痩せやすい体に。

NO.14 小島 歩さん
Ayumi Kojima



岡山県在住の24歳。施術開始からしばらくするとお腹や二の腕を中心にすっきりしたラインに変化！ 顔周りもすっきりしてキレイに進化中♥

Ethtetician's Voice　無理なく少しずつサイズダウン！



エステティックサロン アンテイン 竹本 祥子さん

小島さんに健康的で美しいプロポーションを手に入れていただくために、全力でサポートさせていただきます！

2015年12月15日(火) グランプリ大会!!

次号の姉agehaでも特集♡

都内会場にて豪華に開催予定。グランプリの栄冠は誰の手に!? 次号でその様子もたっぷりお伝えするよ☆

NO.20 加藤美穂さん
Miho Kato



3児のママ。家事と仕事との両立で自分の時間がなかったけれど、これを機に自分磨きを頑張って自慢の妻、ママになりたいです。

Ethtetician's Voice　女性に生まれた喜びをもう一度✧。



Shangrila 石井 真奈美さん

痩せてキレイになりたい、もう一度女として輝きたい！ 健康的に美しくなる喜びを、マッコイ筋膜リリースを通して伝えたい♥

NO.15 森 麻美さん
Asami Mori



産後の激太りで体形が気になり外出する事も減った今日この頃。子供のためにもキレイに変身したいという熱い想いを持ってトライ✧。

Ethtetician's Voice　健康的で女性らしい体に♥



Myrtle 〜マートル〜 長谷川 和子さん

マッコイの製品、技術で私の人生は大きく変わりました。森さんにも健康で美しいボディを手に入れて、笑顔になって頂きたいです♥

連載第1回 10年後も美貌を保ちたいなら“今”始めよう!!

25歳からの先駆けアンチエイジング

25歳は一般的に言うお肌の曲がり角💧 乾燥したり化粧ノリが悪くなったり、変化を感じている人も多いはず。そんなアラサー世代に向けて、今美容業界では先駆けアンチエイジングという考え方が話題になってるよ✧

PHOTO_Nobuyuki Sasaki
HAIR&MAKE_Yuko Nozaki





先駆けアンチエイジングって？

美容業界で注目されている“アーリーアンチエイジング”のこと♥ 早めにケアをしておけばダメージが少ない状態で回復できるため、たるみやシミ・シワといった加齢による症状が出る前にアンチエイジングに取り組もう✧ 日焼け対策、食生活改善など日頃のセルフケアはもちろん、プロの手も借りてアラサーのうちから抗老化★

青山さんオススメ先駆けアンチエイジング♥

特殊な糸で引き上げ、たるみにバイバイ♥

うるおいコラーゲンリフト♥

湘南美容外科のうるおいコラーゲンリフトは即効性バツグンの切らないリフトアップ法♪ 心臓手術にも使用される安全な糸を挿入することで顔のたるみを改善できるよ★ また、挿入した糸がコラーゲンの生成を活性化してくれるから、肌にハリやツヤも出る✧ 糸自体は施術後約6カ月で身体に吸収されるけど、効果は半年〜1年ほど続くよ😊 麻酔クリームで痛みもほとんどないし、メイクやシャワーも当日からOK✧ 手軽で効果を実感しやすいイチオシの施術だよ♥



DATA ▷▷

料金	10本×2	1回	117,450円
		2回	179,010円
		3回	237,330円
痛み			ほとんどなし
ダウンタイム			2、3日。
メイク・シャワー・スポーツ			当日から可能。





湘南美容外科クリニック
マーケッター（27歳／大阪府）
独身・子供なし
青山真由子さん

♡青山真由子さんプロフィール♡
湘南美容外科のマーケッター。アラサーになり自ら「先駆けアンチエイジング」を広めるため、美容アドバイザーとして活躍中。
Instagram @_labydoll_



そろそろプロの手を借りないと”盛れてる自分“に追いつかない!!

専属モデル(32歳／東京都)
独身・息子1人
早川沙世

専属モデル(32歳／東京都)
独身・子供なし
桜井莉菜

(りな)ベージュレースミニドレス ¥24,500／sugar　その他／モデル私物　(さよ)グレーレースミニドレス ¥24,500／sugar　その他／モデル私物

姉限定メニュー付き
クリニック・エステ・ホワイトニング
ヘアセット・リラクゼーション
ヘア・ネイル・まつエク
ボディジュエリー
まで♥

突然のパーティーやイベントの誘いにも動じない!!
お手頃価格で理想のスタイルを叶えてくれる♥

お姉さん世代のための全国厳選・美サロン15

一気にイベントやパーティーが増える年末年始は、何かとときめく出会いのシーズン♥　チャンス到来のそのときに、勝負できる自分でいたい✧　そんな願いを叶えてくれる美のプロが集結♪　お財布にもうれしいお得な姉限定メニューも満載です

PHOTO_Hirofumi Yamashita (f-me)［P103］　**HAIR**_Chiharu Koya［P103］　**EDIT&TEXT**_Shioka Soga

※ご紹介している料金は、スポットごとの標準的な料金です。カウンセリング等によって変動する可能性がございます。
また、平成27年12月7日現在の情報になります。予告なく変更になる場合がございますのでご了承下さい。

クリニック
東京・新宿

メディカルプラスクリニック新宿

ドクターの技術とセンスにリピーター続出！ やりすぎ感のない自然な仕上がりが大好評♥

価格や通院ペース、保険適応の有無など１人１人のライフスタイルに合わせた治療法をご提案。北里大学で形成外科・美容外科の講師を務めた経歴のある、日本では数少ない日本美容外科学会専門医の資格を持つ林 和弘先生が院長。再診料やアフターケア（ヒアルロン酸・ボトックスは注入後１カ月以内１回）が無料なのもうれしい♥　注入系や美肌治療以外にダイエットやサプリメント開発にも注力、内側からの美メニューも豊富♪



施術中の林 和弘院長。価格に麻酔料金も含まれるので痛みが苦手な方でも安心。施術後は鏡で確認、足りなければ再度注入してくれます★

涙袋形成（ヒアルロン酸注入）￥27,000／30分

人気メニュー



目元のイメージアップに効果大！　ヒアルロン酸を注入して涙袋を形成することで、目元にハリが出て若々しくなり、目をひとまわり大きく見せてくれる。注入後はすぐにメイク可能なので変化をより実感できるよ★

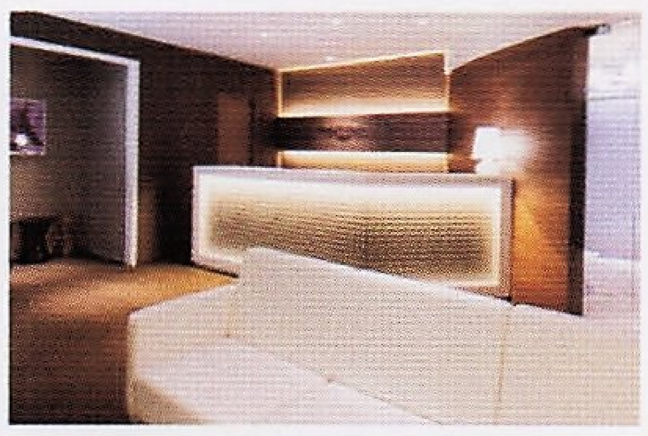
アーモンドアイ（ボトックス注射）￥10,000／30分



シワ治療で有名なボトックスを注入し、下まぶたを下げて目をパッチリと大きくする治療。まぶたを少し引き下げるだけで目の印象が柔らかくなり、魅力的な瞳に！　目を大きくしたい方やツリ目などでお悩みの方にもオススメ♪

CLINIC DATA

☎03-5354-6381
東京都渋谷区代々木2-7-8
東京南新宿ビル6F
10：00〜13：00
14：30〜19：00
（初診は最終受付18：30）
無休（年末年始12/30〜1/4は休診）　完全予約制
http://www.medical-plus.jp



新宿南口より徒歩3分、茶色を基調とした落ち着いた院内。施術室は完全個室♪

姉限定メニュー

予約時に「姉agehaを見た！」で
初診料
￥3,000→無料に!!
※2016年3月末まで有効

ホワイトニング
大阪・心斎橋

BLANC de BLANCS［ブラン ド ブラン］

簡単・短時間・リーズナブルで痛くない♥

大阪では珍しいセルフホワイトニング専門店♥　女性はもちろん、男性でもゆったりと座って頂けるリクライニングソファーを全席ご用意♪　さらに歯に全くダメージがなく、痛みもないのがうれしい！



セルフホワイトニング ￥3,500／1回30分

人気メニュー

歯医者さんとは違うセルフ式なので1回3,500円とリーズナブル。しかもお店オリジナルの溶液は汚れの除去力に優れているので、1回10分で白さを実感★





白を基調とした清潔感のある店内（左）。基本はセルフスタイルだけど、初めての方にはスタッフが丁寧にサポートするので心配ご無用（右）。

SALON DATA

☎06-6535-0075
大阪府大阪市西区北堀江1-13-4
Nobビル9F
11:00〜21:00（最終受付20:30）
無休（年末年始除く）
予約制（info@blanc-de-blancs.biz）
当日予約可（カード可）
http://www.blanc-de-blancs.biz



姉限定メニュー

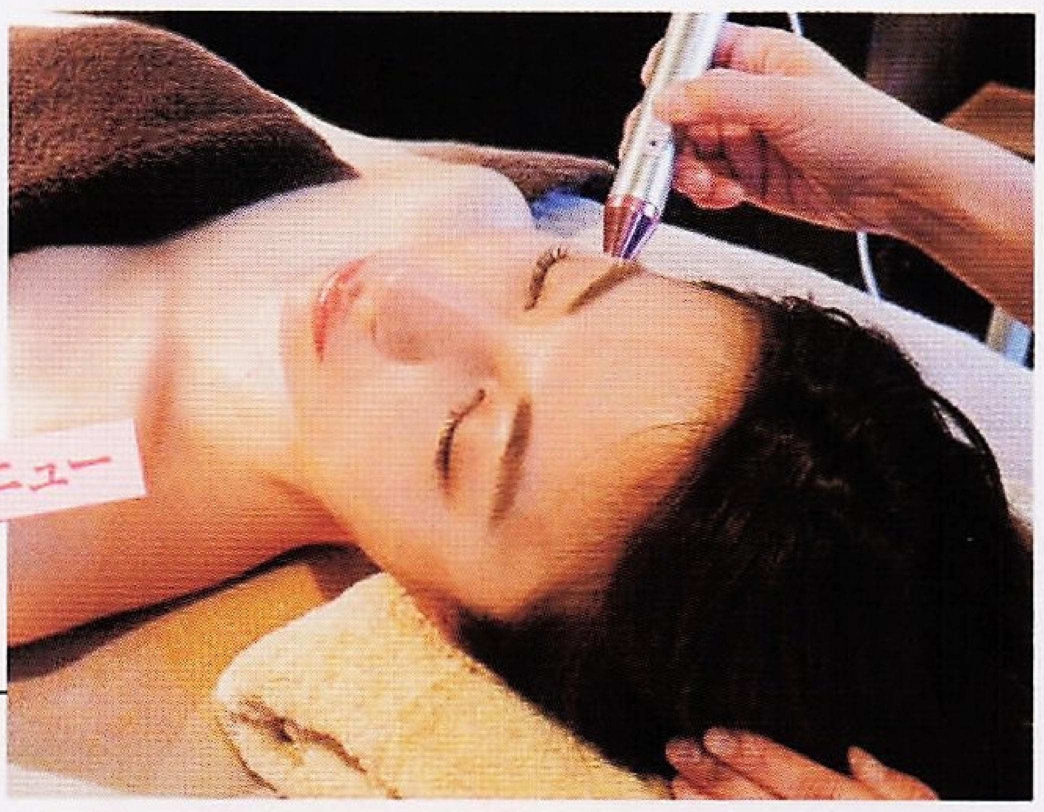
予約時に「姉agehaを見た！」で
セルフホワイトニング
お試し1回コース（30分）
￥3,500（通常価格）→**￥2,500に！**
※2016年1月末まで有効

エステ
大阪・心斎橋

Beauty Salon PLATINUM –Style–［プラチナム –スタイル–］

即効性抜群！ 鍼を刺さない美容ハリ♥

話題の最新マシンで肌を傷つけず小顔リフトアップ。ほうれい線を引き上げ、たるみも改善♪　即効性＆持続力も◎。更にお肌を引き上げる事でシワ予防にも効果あり♥



クイック小顔リフトアップ ￥4,980／1回30分

人気メニュー

最新マシンによる特殊熱エネルギーが直接深層筋にアプローチ！　表情筋を引き上げることで、ほうれい線のたるみやシワ予防にも効果的な最新エイジングケア♥

SALON DATA

☎06-6212-7070
大阪府大阪市中央区西心斎橋2-1-13
福井ビル2F　（ネイル・マツエク・ワックス脱毛併設）
11:00〜21:00（最終受付20:00）
無休（年末年始除く）　当日予約可
http://beauty.hotpepper.jp/kr/slnH000238261/



肌を傷つけずにほうれい線を引き上げ、リフトアップ♥速効性＆持続力があるので勝負日前に試したい♪



芸能人やモデルも多く通うサロンは、地下鉄御堂筋線心斎橋駅より徒歩3分♥

姉限定メニュー

予約時に「姉agehaを見た！」で
クイック小顔リフトアップ（30分）
￥4,980→￥3,980に！
初回限定　※使用期限はありません。

ヘアセット
石川・金沢

Set salon Edge [セット サロン エッジ]

結婚式およばれヘア・盛り髪・メンズ・和装まで！

繁華街のそばにあるので、お仕事の方はもちろん女子会・二次会・各種イベントの前にササッとセット♪　キャリア10年以上のスタッフが理想のスタイルに仕上げます★

着付け＋ヘアセット（約60分／ドライ、カウンセリング含まず）
¥8,000〜

人気メニュー





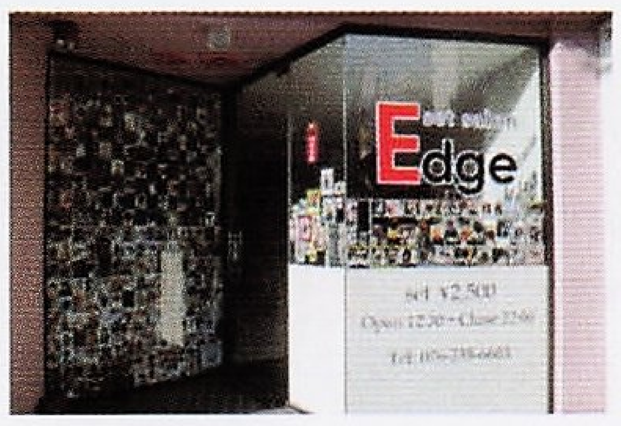
前髪を立てて流し、ボリュームを持たせたスタイル。浴衣は花魁風着付けも可（右）。スタイリストのYOSHIKOさんはセット歴10年以上（下）。



王道のスジ盛り和装でもドレスでも♪アメブロでセット写真も見られる♥

SALON DATA

☎076-255-6683
石川県金沢市大工町30-1 高木ビル1FC
12：30〜22：00（最終受付 21：30）
木曜のみ16：00〜、時間外、休日営業は予約のみ（別途料金有り）
日・祝定休　予約制
当日予約可（現金のみ）
http://ameblo.jp/setsalon-edge/



姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た！」で
ヘアセット
（30分／ドライ、カウンセリング含まず）
¥2,500（通常価格）→**¥2,300に！**
初回限定 ※使用期限はありません。

ヘアセット
兵庫・神戸

Hair Set Salon Lunon [ヘアセット ルノン]

リーズナブルなのにかわいくて崩れない♥

経験豊富なスタイリストばかりなので仕上がりも期待以上！　ゆったり４席のアットホームサロン。朝６時から予約OKなので、気軽にセットをお願いできちゃいます♥

ヘアセット（月〜土16:00〜）
¥1,600〜

人気メニュー





トレンドのゆるふわスタイルで優しいイメージ（右）。20〜40代の女性スタッフが活躍、着付けもメイクもおまかせ（下）。



海外セレブのような大きめカールのハーフアップは、ゴージャスで上品♥

SALON DATA

☎078-331-9911
兵庫県神戸市中央区下山手通2-10-2 大昭興業ビル4F
16:00〜20:00（早朝時間外は朝6:00〜予約OK）
（最終受付 20：00／変更あり）　無休（年末年始除く）予約制
当日予約可（現金のみ、喫煙 OK、メンズ可）
http://beauty.hotpepper.jp/slnH000235982/



姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た！」で
ヘアセット
（時間によって料金が異なります）
¥100off！
初回限定 ※使用期限はありません。

ヘアセット・ネイル
東京・立川

[ヘアー メイクアンドネイル サロン ブレス]

Hair Make&Nail Salon Bless

あなたに似合うヘア&ネイルをご提案♥

"いつもおしゃれでかわいく"デイリーに通えるように良心的な価格と高技術のヘア&ネイルを提案するブレス。ヘアセットのみ、結婚式・成人式など時間外予約も受付中！

ヘアセット／似合わせヘアセット
¥2,000

人気メニュー



流行のルーズスタイルからスジ盛りなど、顔や頭の形に沿ってよりキレイに見える"似合わせヘアセット"をご提案♥　もともとヘアセット専門店なのでスピードには自信あり！



代表の早瀬恵利さんはヘアセットも（左）。ジェルやり放題¥8,900〜（中）。お店は立川駅から徒歩3分。カップル来店も大歓迎（下）。



SALON DATA

☎042-519-3468
東京都立川市曙町2-22-5　曙I.Iビル3F
12：00〜22：00（最終受付21:00）
日曜定休（ネイル）　不定休（ヘアセット）
予約制　当日予約可（カード可、喫煙可）
https://ja-jp.facebook.com/HairMakeBless



姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た！」で
ネイルオフ込ハンドやり放題
ネイルケア、オフ込、ストーンつけ放題、アートやり放題
（パーツ、キャラクター、特殊アートは別途）
¥8,900（通常価格）→**¥8,500に！**
※使用期限はありません

ヘアセット・リラク
茨城・水戸

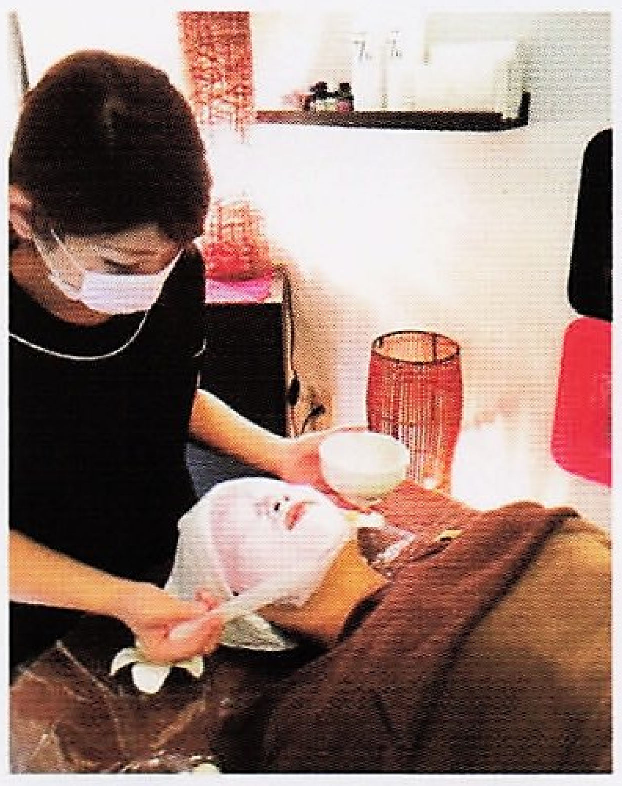
[ヘアーアンドメイクサロン ハナココ]

hair&make salon hanaCoco

リラクゼーションもヘアセットもおまかせ♥

ヘアセットがなんとワンコインから♥　低価格なのに高技術、"お客様との会話を大切に納得のいくサービス"がモットー。着物着付けは¥3,000〜よりご対応♪





高保湿力でシワ・たるみを予防するフェイシャルエステ¥4,000〜（左）。技術者は昭和生まれで経験豊富（中）。モノトーン基調の店内（下）。

巻き下ろし・編み込み・スジ盛り・メンズセットまで対応！　スプレーも惜しまず使うので、早くて崩れにくい！　ライブにももってこいです♥

人気メニュー

ヘアセット（約20分）
¥500〜¥2,800



SALON DATA

☎029-291-5388
茨城県水戸市大工町2-3-30　hanaCoco
火〜金11:00〜23:00／土・祝9:00〜（最終受付22:30）
日9:00〜13:00（最終受付12:30）
月・日曜午後定休　予約優先　当日予約可
http://hanacoco123.com



姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た！」で
①ヘアセット予約していただいた方に
ミニヘアスプレープレゼント
②フェイシャルケアを受けていただいた方に
高級マスクパックをオプションで無料サービス
初回限定 ※先着30名様限定

ヘア
茨城・水戸

Hair works Barrel [ヘア ワークス バレル]

カップル&メンズOKの隠れ家サロン♥

ほぼ貸切状態のサロンで、カウンセリングから完成まで同じスタッフが担当してくれるプライベート感★　パーティーや結婚式など場面・年齢に合ったヘアセットをご提案♪

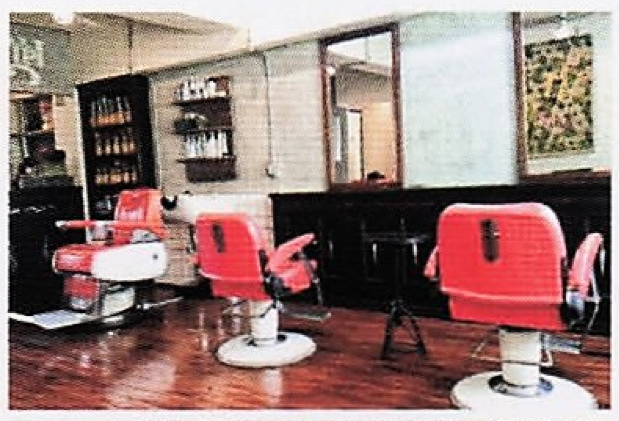
カラー＋カット
¥9,900〜
人気メニュー



ブリーチ後、アッシュ系ブラウンのベースカラーをプラスして巻き髪に♪




ラインストーンをあしらった華やかスタイル(右)。4つの毛束のルーズ編み込み(下)。



スタッフが手がけたアメリカ西海岸風の内装★　レトロで落ち着く♥

SALON DATA
☎029-291-5924
茨城県水戸市宮町2-3-1　まちビル1・2F
10:00〜20:00（最終受付19:00／月・木・金・土）
〜18:00（最終受付17:00／水・日）
火曜定休　予約制　当日予約可（現金のみ、P1台）
http://beauty.hotpepper.jp/slnH000301846/

姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た！」で
カラー＋カット
＋トリートメント（120分）
¥11,500（通常価格）→¥8,500に！
初回限定 ※使用期限はありません。

ヘア
大阪・心斎橋

DOUBLE 心斎橋店 [ダブル シンサイバシテン]

持ちの良さにリピ続出！カラー&エクステ専門店♥

最高級“レミ”クラスのエクステは、67cm（ヘソ下程）の長さで1本2.5gの圧倒的なボリューム。発色・ツヤ・絶妙なくすみにこだわったカラー剤は1,000種類以上♥

ロイヤルカラー／レミエクステ40本（100g）／シルクトリートメント（5種類）
¥19,900〜
人気メニュー



最高級レミエクステ60本（150g）でボリュームもなじみも地毛同然♪




お店オススメのプラチナダブルカラー（右）。至福のシルクトリートメントで、潤い漂うツヤツヤ・サラサラな髪に（左）。



SALON DATA
☎06-4708-8141
大阪府大阪市中央区西心斎橋1-10-12　サンハイム心斎橋201
11:00〜22:00（最終受付19:30　それ以降は電話予約にて応相談）
不定休　完全予約制　当日予約可（現金のみ、喫煙可）
http://beauty.hotpepper.jp/slnH000321546/?cstt=1

姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た！」で
プラチナダブルカラー+レミエクステ40本（100g）
+シルクトリートメント（5種類）
¥32,900（通常価格）→¥23,900に！
初回限定 ※使用期限はありません。

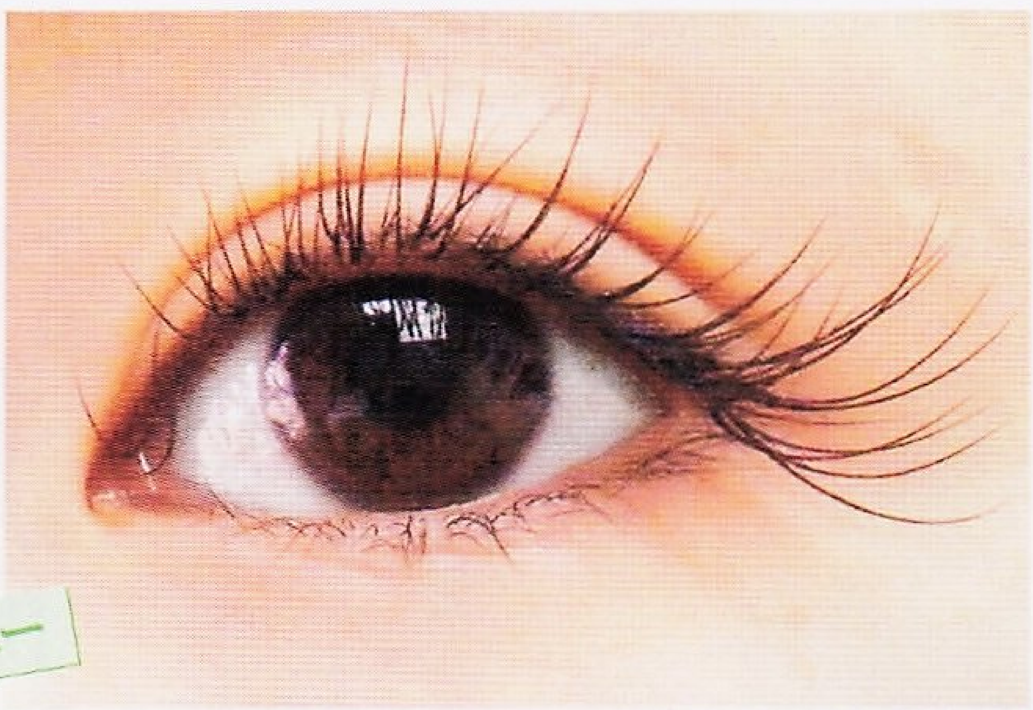
まつエク・エステ
東京・町田

マーメイドラグーン

プライベート空間で丁寧&安心な高技術を♥

オープンして9年目♥　お肌のケアはもちろん、メイクやアイライン、まつげカール（¥3,000）や眉スタイリング（¥3,000）まで、顔の美をトータルサポート！

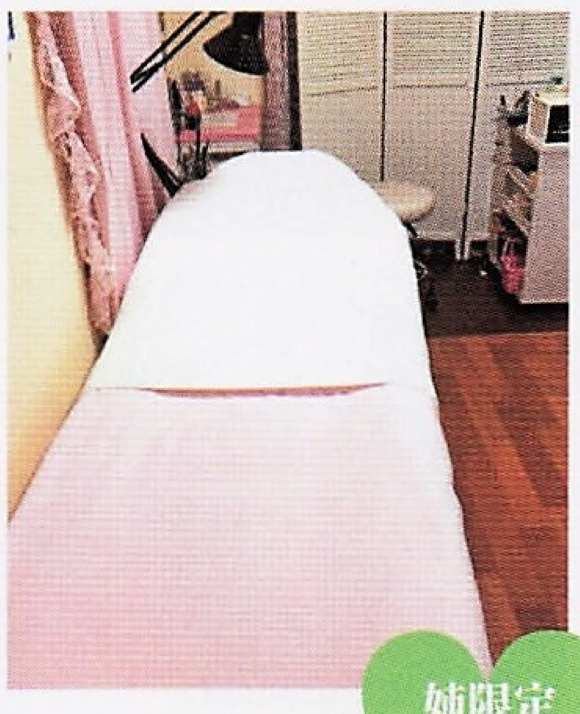
まつげカールとプチフェイシャルのセット
¥7,500
人気メニュー



エクステ100本で印象的な目元へ。美容師免許保持者が担当するので安心♪　エクステ100本¥9,000→¥5,000に♥



フェイシャルはリフトアップ効果がはっきりわかる酸素パックを使用★　まつげカールも同時に施術できる時短セットメニュー♪



駅から5分の閑静な住宅街にある一軒家のプライベートサロン。アットホームな雰囲気なのでゆったりくつろげるのも魅力的♥

SALON DATA
☎042-799-0313
東京都町田市成瀬が丘3-8-3
10:00〜20:00（最終受付19:00）
月曜定休　土・日臨時休業あり
予約制（現金のみ、小型P有）
http://mermaid-lagoon.com



姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た！」で
フェイシャル酸素パックコース120分
（ハンド20分＋マシン50分＋パック20分）
¥12,000（通常価格）→¥10,000に！
初回限定 ※2016年3月7日まで有効

ヘア・ネイル
東京・池袋

milk hair&nail [ミルク ヘアーアンドネイル]

カラー＋エクステやWカラーが低価格♥

すべてのカラーにトリートメントとナノスチームがセット！　大手ヘアサロン出身のスタッフが独立したお店なので技術力も安心。ヘアは22時まで受け付けてくれる♥

カラー＋エクステ＋トリートメント＋ナノスチーム
¥10,980
人気メニュー




立体感を演出するトレンドカラーはmilkの得意分野★　服やメイクに合わせたWカラーやグラデーション、3Dカラーも♪




カラーの持ちがイイのも人気の秘密（右上）。ネイルはお得な定額制も（上）。駅近で通いやすい（右）。

SALON DATA
☎03-5956-0061
東京都豊島区南池袋1-25-12
プライムスクエア南池袋9F
ヘア10:00〜23:00（最終受付22:00）
ネイル11:00〜22:00
無休（年末年始除く）
当日予約可（カード可）
http://milk-hair-nail.com

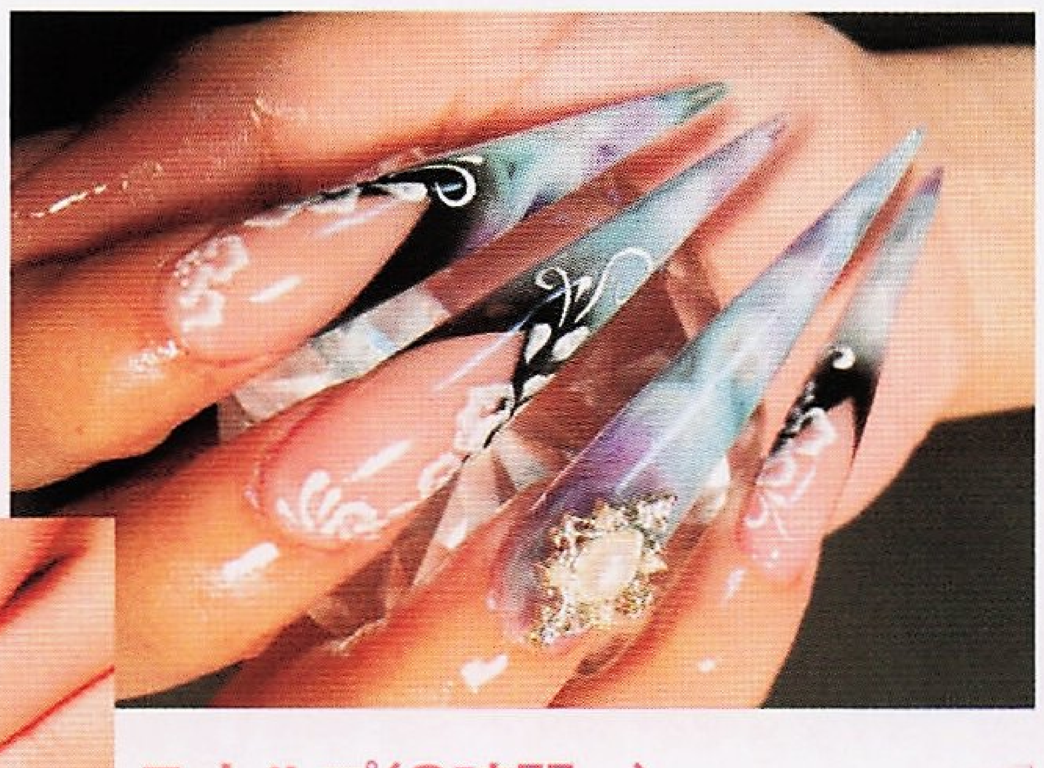
姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た！」で
シングルカラー+エクステ100g（75cm）
+トリートメント+ナノスチーム
¥10,980（通常価格）→¥9,980に！
初回限定 ※2016年2月7日まで有効　※ロング料金あり

ネイル
山梨・甲斐

LIANAH [リアンナ]

デザインスカルプ&ジェル技術に自信あり♥

ロングスカルプやデザインスカルプ、ジェルの繊細なアートネイルからトレンドネイルまで対応OK♪　県内の他のネイルサロンでは真似できない、確かな技術力と丁寧なケアで素敵な手元を演出します♥

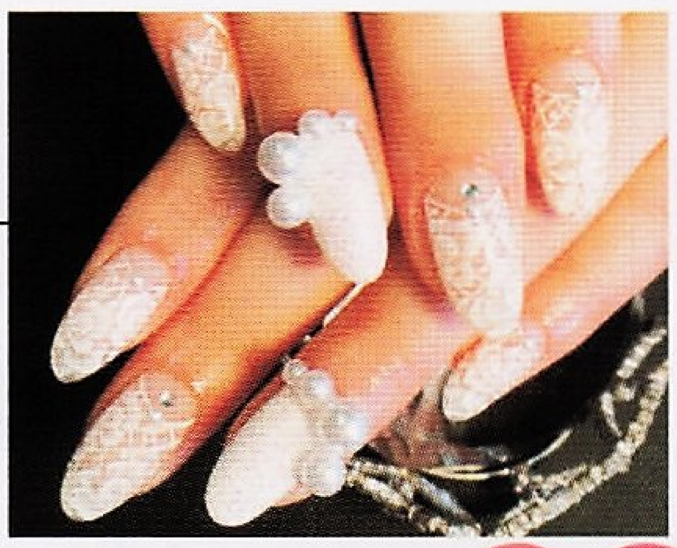




スカルプ(2時間〜)
¥8,000〜 人気メニュー

ステンドグラスのようなクラッシュガラスネイル。バーチャルネイルで深爪の方でもフレンチネイルが楽しめます★

ジェル(1時間半〜)
¥4,500〜



手描きにこだわった繊細なアートジェル♥　自爪への負担も考えてケアしてくれるから持ちがイイのも人気の秘密♪

SALON DATA
☎080-5686-5711
山梨県甲斐市万才
(詳しい住所は予約時にご案内)
10:00〜20:00 (最終受付スカルプ18:00、ジェル19:00)
不定休　予約制 (P有、子供同伴不可)
http://www.facebook.com/Nail-salon-Lianah-552460504825836/



姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た!」で
全メニュー20%OFF
初回限定 ※2016年6月末まで有効

ネイル・まつエク
愛媛・松山

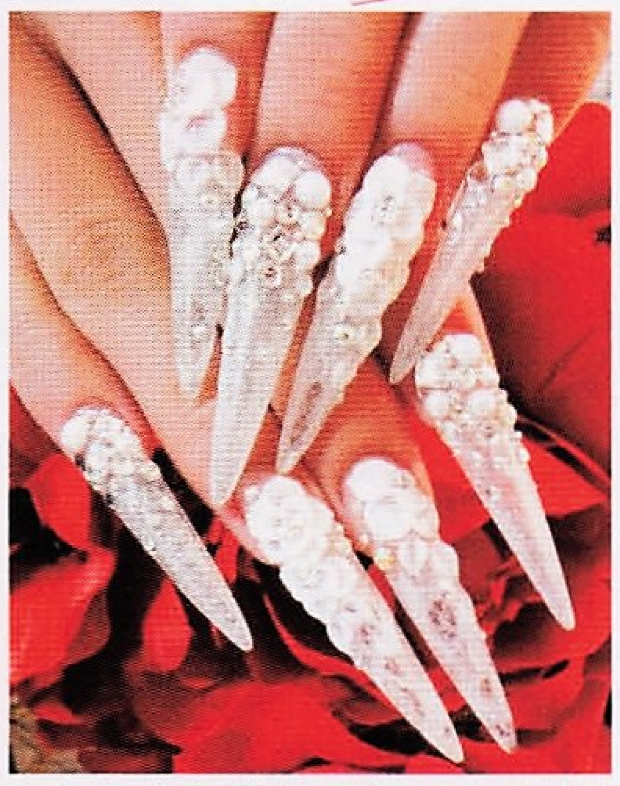
[ネイルアンドアイラッシュ サロン ビジューエス]
nail&eyelash salon Bijoux-S

大人気!! 雑誌多数掲載の実力派サロン♥

ショートネイルからキラキラロングスカルプまで、ライフスタイルに合わせたネイルを自爪に合わせてご提案♪　愛媛では数少ない歯のセルフホワイトニングにもリピ続出♥



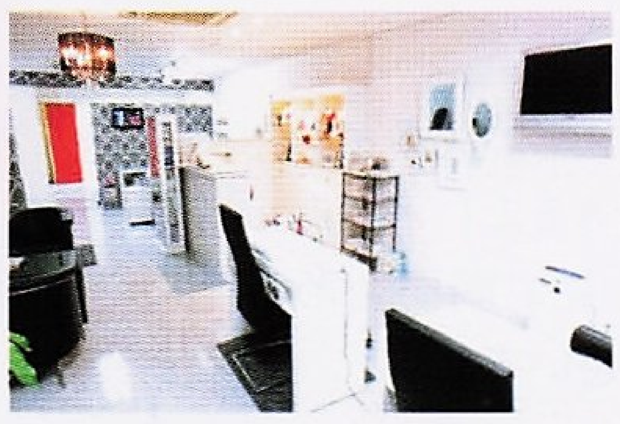
ネイル
¥6,500〜 人気メニュー



スタッフ全員が資格取得者なので技術力もお墨付き♪　丁寧なカウンセリングで理想のかわいいネイルが完成♥



長くネイルが楽しめるように自爪を大切に考えたケアが好評(上)。まつエクは、オーダーメイド式なので顔立ち・目の形・生え方などから分析して魅力的な目元に(左)。



SALON DATA
☎089-931-8830
愛媛県松山市大街道1-2-1　藤田店舗2F
11:30〜23:00　不定休　予約制　当日予約可
http://www.bijoux-s.com

姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た!」で
ジェルネイル盛り放題＋マツエク付け放題 (約240分)
¥14,400→**¥12,000に!**
初回限定 ※2016年2月末まで有効

ボディジュエリー
銀座&有明

Be Fairy [ビー・フェアリー]

提携ホテル&式場多数!実力派アーティスト在籍

有名ホテルとの提携は、実力のあるアーティストの在籍と本物のサービスを提供できるからこそ。スクールはブライダル以外に3Dボディジュエル資格取得など幅広くご用意!



Be Fairy認定ブライダルアーティストコース
¥129,800 人気メニュー



手に職をつけて、最短で独立したい方におすすめ。学んだ次の日から働けてお仕事紹介などのサポートも充実!

背中半面のボディージュエリー(上)。3Dボディジュエルは繰り返し貼って剥がせるのも魅力(右)。東京湾が一望できる東京ベイスイートサロン(下)。





SALON DATA
☎03-6869-1709
オフィス　東京都中央区銀座6-14-8 銀座石井ビル4F
サロン　東京都江東区有明1
(詳細は予約時にご案内)
11:00〜20:00
時間外も相談にて可　出張可
不定休　完全予約制
(info@be-fairy.com)
(当日予約はお電話にて。現金のみ)
http://www.be-fairy.com
http://www.be-fairy.shop-pro.jp/

姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た!」で
大人気バタフライのボディージュエリー背中半面 (写真のデザイン)
¥13,000 (通常価格)→**¥9,800に!**
初回限定 ※2016年4月末まで有効

ボディジュエリー
千葉・大網

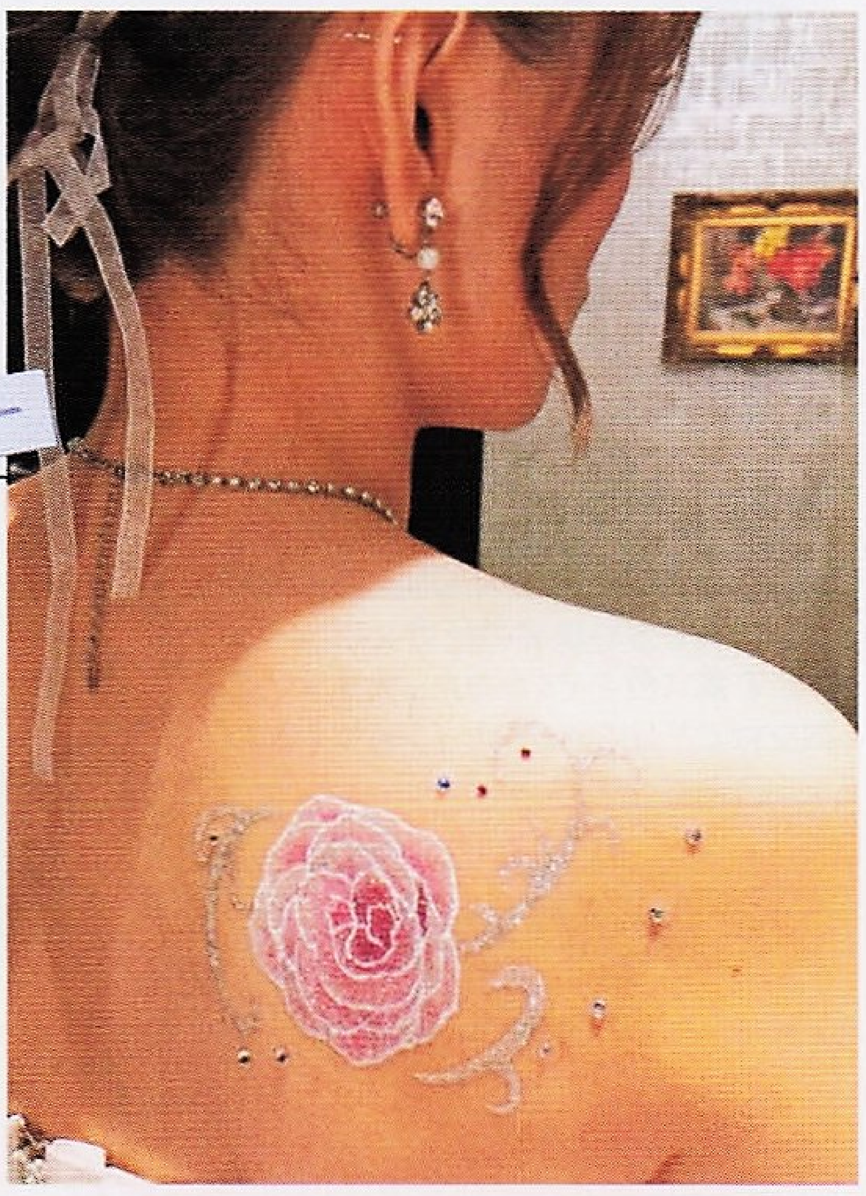
[ボディアートサロン ローヴ]
Body Art Salon LAUBE

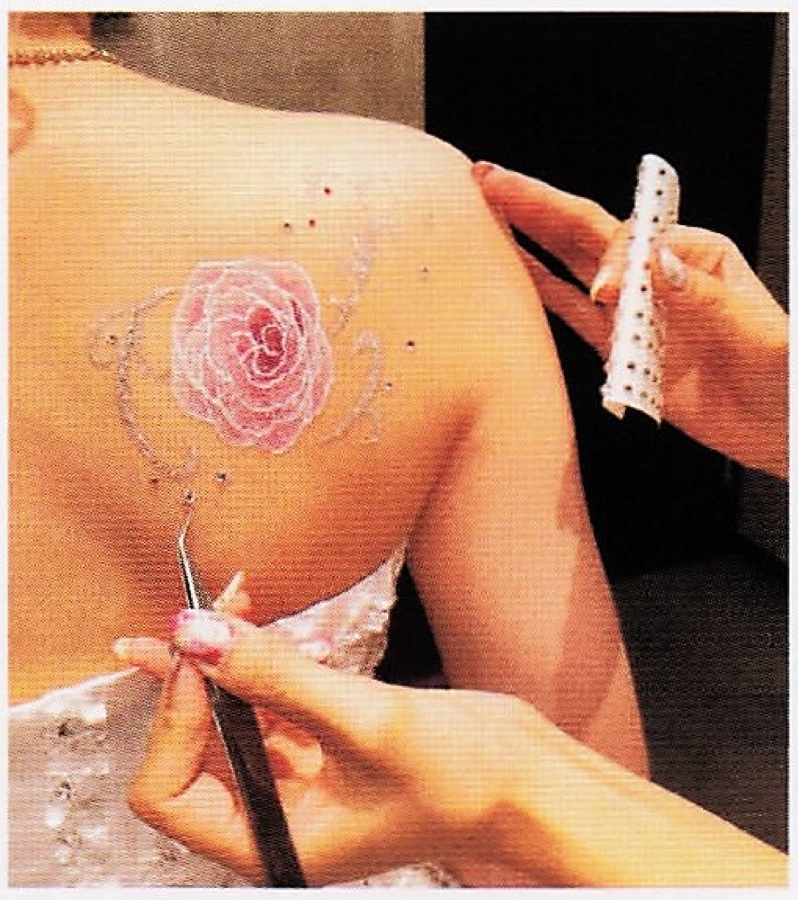
JBAの確かな技術で特別なシーンを演出♥

JBA日本ボディアーティスト協会認定講師が素敵なシーンのお手伝い♥　シンプルからゴージャスまで、理想のボディジュエリーを叶えます!

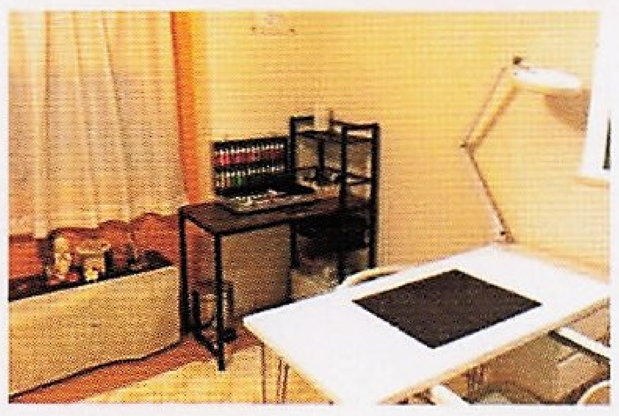
ブライダルコース(1時間半)
¥18,000〜 人気メニュー

ブライダルやパーティーのワンポイントとしても話題集中!　エアーブラシとグリッターで仕上げた♥繊細かつ華やかなデザインが女性らしさを象徴♪





SALON DATA
☎080-3539-0852
千葉県大網白里市仏島 (詳しい住所は予約時にご案内)
10:00〜19:00
不定休　完全予約制
http://ameblo.jp/sjy2011/



姉限定メニュー
予約時に「姉agehaを見た!」で
ボディジュエルアートSサイズ (30分〜)
10%OFF¥3,500〜
初回限定 ※使用期限はありません。

コムがーアル

体入を体験するのは…

菜摘（なつみ）梓（あずさ）さん
（25歳／埼玉県）
昔、川越でキャバの経験あり。やるからにはカブキや六本木で時給5,000円以上のお店が希望！ 自分磨きしながら働きたいな♪

レポーター 専属モデル 小原優花（25歳／東京都）

はじめての体入体験をゆんころがレポート

1 久々に夜復帰の菜摘さん、まずはお店探し

体入ドットコムに登録…っと♪

登録はカンタン！

1分もあればあっという間に登録完了★ メアドや名前を打ち込むだけだからカンタン

今すぐ登録ね！

2 条件を指定して、検索

ポチっ



※詳しくは下段コラムの"夜のお仕事豆知識♥"をcheckしてね♥

ドレスは持ってないし、レンタルできるとこがいいな…
あとヘアメイクもやってくれるとこで…
終電を逃したら送ってくれるところがいいな！

LINEで応募もできるように♡

体入ドットコムなら、ラインで応募ができるよ！「体入ドットコムを見て問い合わせました」と書いてね

3

わぁ！いっぱい出てきたどこにしようかな♡

検索HIT 108店

新宿
送りあり
時給5,000円〜
ドレスレンタルあり
未経験者歓迎

4 お店を選んでWEB応募

ポチっ

数時間後

Ring! Ring!

オレンジテラスの山崎です。…

…はい、17時に伺います！

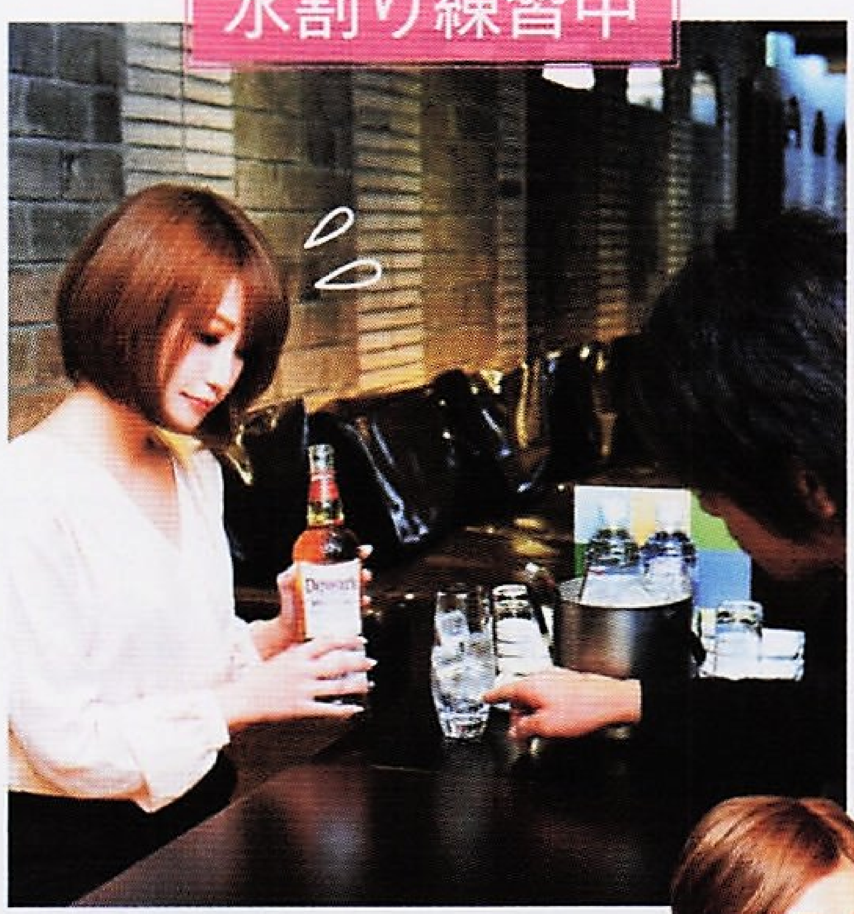
5 早速、面接！



面接後、即入できる

面接をパスすればそのまま体験入店ができちゃう!! お給料もゲットできるから嬉しい。

水割り練習中



お酒の作り方や接客の仕方など、スタッフが丁寧に教えてくれるから大丈夫。灰皿交換などお店独自のサインも覚えるよ

ロスタイムゼロだわ✧

知っておきたい 夜のお仕事、豆知識♥

POINT1 体入ドットコムにはたくさんのお仕事が✧

キャバクラ
お客さんの隣に座って楽しく会話する仕事。同伴にアフター、営業電話で指名数を上げて稼ぐ。すすきのではニュークラブ。

ニュークラブ
時給制でその他に各種バックがプラスされる点はキャバクラと一緒。接客はマンツーで高級感のあるお店が多いのも特徴。

クラブ
永久指名制のお店が多く、女の子数名がついてチームで接客することも。お客さんの支払いも時間単位ではなく席料がほとんど。

ラウンジ
基本の仕事はキャバクラと一緒だけど時給はキャバより低め。その替わりノルマも緩めで私服OK、自由出勤の店がほとんど。

スナック
基本的にはカウンター越しで接客。時給はキャバよりは低いけど、ノルマやペナルティのないお店がほとんど。ママの下で働くよ。

ガールズバー
スナックと同じでカウンター越しに接客する仕事。ノルマも少なく自由出勤、私服か制服（Tシャツ×ショーパンなど）の店が多いよ。

ガールズラウンジ
お客様の隣に座って接客。でもタバコに火をつけないでよかったり、名刺を渡さなくてもいいお店も多数。月1出勤でOKなお店も。

ショークラブ
基本の仕事はキャバクラと同じだけど、歌やダンスなどのショーも開催するよ。会話に自信がなくても歌やダンスが好きならオススメ。

POINT2 初心者にも嬉しいメリットをチェック！

ヘアメイク完備
お店に行ったらプロのヘアメイクさんがヘアメしてくれるから準備が楽ちん♪ プロの手で大変身できるから嬉しい♥

ドレスレンタル
レンタルといえど煌びやかで華やかなドレスがたくさん。背中や肩が出るドレスが多いからヌーブラを持参するのが賢明。

首都圏版
関西版
ともにパワーアップ♡



体入ドットコムリニューアル

夜のお仕事を選ぶときって、いろいろ不安もあるよね。でも新しくなった体入ドットコムなら、条件も細かく設定できて、検索機能もさらにアップ！ 無駄なく素早く自分にぴったりのお店を選び出せるから、頑張るお姉さんの強い味方になってくれます。

PHOTO_Takamasa Sasai HAIR_Chiharu Koya EDIT&TEXT_Yuriko Isayama







入店は後日決めても大丈夫

体験入店して自分に合いそうなら本入店してもいいし、考えたければ無理しないでOK!



実際に体験入店してみて……

20時から0時までの約4時間で体験入店。カブキの中でも高級感のあるお店だから、お客さんも紳士的な人が多くて安心！ 楽しくお話ししていたらあっという間♥

今回菜摘さんが体入したお店は

Orange Terrace TOKYO

歌舞伎町にあるハイクラスキャバクラ

東京都新宿区歌舞伎町1-2-5
東陽ビルB1F
☎03-6233-8201



リニューアルした体入ドットコムは

見やすい!
検索しやすい!
デザインも可愛い♡



URL: https://www.tainew.com

体入ドットコム 検索

嬢デビューしたらココもcheck!

BRILLIAN JOURS

豪華なスタジオ
ドレスもズラリ

BRILLAN JOURS（ブリリアンジュール）はヘアメイクスタジオ完備のフォトスタジオ。店内では、ドレスや靴なども購入できるよ！ 今回菜摘さんが着たEaStRe（エオストレ）のドレスもここで選んだよ♥

東京都新宿区歌舞伎町2-23-1 風林会館3F
☎03-6380-2355 15:00～22:00 ㊡日曜・祝日

X'mas、バレンタインには 彼をアゲるR8550の チャームタイをあげたい♡

チャームタイって?

チャーム=「魅力」や「魔除けのお守り」の意味。つけた人の魅力をアップさせてお守りとなるネクタイのこと。R8550のネクタイは「The World Your Thing(このネクタイをつければ注目の的)」をコンセプトに制作。透かし編みのあしらいが粋で大切な人へのプレゼントにぴったりです♥



ネクタイを贈るって
私はあなたに首ったけ"って
意味なんだよね♥

どんどん寒くなるこの季節も彼と一緒ならあったかいよね♥　いつも隣にいてくれる大切なあの人に、贈り物を考えているならネクタイのプレゼントはいかが? 想いを込めた贈り物にふたりの距離も縮まるはず。

PHOTO_Emiko Yamabe
HAIR_Masahiro Niitsu, Mayumi Yamada(Charme)
MODEL_Saki Kagami
EDIT&TEXT_Yuriko Isayama
SPECIAL THANKS_Ebis Gardenplace

ネクタイ各¥10,000／R8550

ネクタイを男性にプレゼントする
——その意味は"私はあなたに首ったけ"
ときには冷たくしてしまう事もあるけど
本当は彼への尊敬と感謝でいっぱい♥
彼の仕事がうまくいきますように
彼の夢が叶いますように
そしてふたりの未来の為に堅実に歩いて行けますように
そんな願いを込めてチャームタイを贈ります♥



※ネクタイの梱包形状は時期によって異なります。

Saki's love story

私、加賀美早紀。東京でOLやってる30歳。周りの友達はみんな結婚し出してちょっと焦ってる今日この頃。カレは同い年で、2年前から付き合っている修平。最近、起業して忙しく頑張っているから応援したいけど、プロポーズはまだなのかなってちょっと不安。でもこの前、彼の親友が「あいつ、仕事が軌道に乗ったら早紀にプロポーズする」って言ってたって教えてくれたんだ。彼の仕事が成功するように、いろんな想いを込めて今年のクリスマスにはネクタイを贈ったよ♥


Xmas Costume
dazzy store
1980円
から選べる
サンタ
コスチューム
30種類~
姉ageha限定クーポン
1,000円OFF!!
[5,000円以上ご注文で]
Coupon Code 151207
Santa Costume Collection 2015
3点Set
Dazzy Christmas Collection
1. パーカー
2. ショーパン
3. レッグウォーマー
wa90201
3,500yen
4点Set
Dazzy Christmas Collection
1. トップス
2. スカート
3. 帽子(大)
4. レッグウォーマー
wa90202
2,800yen
5点Set
Dazzy Christmas Collection
1. ワンピース
2. アームウォーマー
3. レッグウォーマー
4. ベルト
5. 帽子(小)
wa90203
2,800yen
6点Set
Dazzy Christmas Collection
1. ボレロ
2. トップス
3. スカート
4. レッグウォーマー
5. ベルト
6. 帽子(小)
wa90204
3,500yen
4点Set
Dazzy Christmas Collection
1. トップス
2. ショートパンツ
3. ベルト
4. レッグウォーマー
wa81010
4,900yen
4点Set
Dazzy Christmas Collection
1. トップス
2. ショートパンツ
3. ベルト
4. レッグウォーマー
wa81001
4,900yen
5点Set
Dazzy Christmas Collection
1. トップス
2. スカート
3. アームウォーマー
4. レッグウォーマー
5. 帽子(小)
wa90205
2,800yen
6点Set
Dazzy Christmas Collection
1. ワンピース
2. 帽子(大)
3. 帽子(小)
4. アームウォーマー
5. レッグウォーマー
6. 付け襟
wa90206
2,800yen
dazzy store
姉 サンタ
http://dazzystore.com
クーポンお1人様1回限りご利用頂けます。
クーポンの使用期限は2016年1月31日になります。
平日16:00までのご注文で即日発送。
5000円以上のお買い上げで送料無料(沖縄・離島を除く)。
表示価格は全て税込価格です。
お電話でのお問い合わせは
TEL：03-5422-8818
営業時間10:00~19:00
毎日受付(特別休暇日を除く)
電話注文専用フリーダイヤル
0120-197-444
9:00~20:00(月曜日~土曜日)

インナー美容も
品川美容外科におまかせ♥

シミ・シワ・たるみ対策、全身の
美肌づくりに欠かせない2大メニューに注目♪

永遠の白雪姫でいたい♥



美容ブロガー（29歳・大阪府）
独身・子供なし
久保七瀬さん

「透き通るような美肌になりたい！」「1回の治療で効果を実感したい！」
今回は、そんなアラサーのわがままを一気に解決できるメニューをご紹介♪
ファンデがワントーン明るくなって、すっぴんにも自信が持てるはずです♥

PHOTO_Ryuzaburo Tabata,Hirofumi Yamashita (f-me) [AFTER]
HAIR_Chiharu Koya[AFTER]　EDIT&TEXT_Shioka Soga



内側から　7時間後に差が出る白雪点滴

白雪点滴はこんな方におすすめ！

エイジングケア・美容

- 全身の美肌を目指したい方
- 全身を白くしたい方
- 美しい髪になりたい方
- 身体の内側から若々しくなりたい方

解毒（キレーション）・健康維持

- お肌の状態を改善したい方
- 代謝をアップしたい方
- デトックスしたい方
- 健康を維持したい方

エイジングケア&解毒作用抜群♥

グルタチオン、α-リポ酸、ビタミンB群など、抗酸化や解毒作用・代謝の促進に効果的な成分をブレンド。7時間後の魔法を体感してみて♥



白雪点滴DATA

非会員	1回	￥13,880
会　員	1回	￥11,100

治療は約15～20分。効果は約7時間後に実感！　点滴の針を刺すときにチクっとした痛みがあります。シャワー・入浴は当日から可能。

外側から　シミ・シワ・たるみに若返り美肌法

美肌治療＋美肌注射のW効果でお悩み一気に解決！



顔全体のたるみ・輪郭や肌質を整える美肌治療と、美肌治療ではカバーできないシワの改善ができる美肌注射がセット♪　注目の再生治療♥



若返り美肌法DATA

美肌治療2カ所＋美肌注射1cc

非会員	2カ所	￥170,000
会　員	2カ所	￥136,000

施術時間は約25～30分。腫れや痛みが生じることがあります。約2日～1週間で軽減しますが、稀に1カ月ほど続くことがあります。
内出血はメイクで隠せる程度ですが、処置後1～2週間、赤紫色になることがあります。針穴は赤い点状の針穴が処置後数日間（長くて約1週間）残ります。軽い痛みの局所麻酔を使用。メイク・洗顔・入浴は当日より可能。シャンプー・シャワーは当日より可能ですが、しみたり腫れたりした場合は様子を見ること。激しいマッサージ・強めのフェイスマッサージは1カ月控えましょう。

品川美容外科

提携　品川スキンクリニック

全国共通　美容皮フ科
専用フリーダイヤル

受付時間　10:00～22:00　携帯OK

0120-189-900

●表示価格や治療に関する詳しい内容はHPまたは電話にてお問い合わせください。●表示価格は予告なく変更となる場合があります。●表示価格は標準的な費用です。●当院は自由治療のため公的保険は適用されません。●リフトアップ手術やその他様々な治療も取り扱っております。

http://www.shinagawa.com/
品川美容外科　検索

最新の美容外科情報はホームページをチェック！
無料カウンセリング予約／メール相談も受付中

主要都市を中心に続々開院

品川　新宿　新宿アイランドタワー　池袋　上野
渋谷　銀座　宇都宮　横浜　大宮　仙台　千葉
心斎橋　名古屋　静岡　梅田　神戸　岡山　福岡

担当していただいたのは…

品川美容外科　銀座院　院長
菅原章隆（すがはらふみたか）先生



体内に直接働きかける白雪点滴は、3回ほど続けるとより効果的。若返り美肌法との相性もいいので、一緒に受けることをオススメします。きっと肌の違いを実感頂けると思いますよ！

\あったね20世紀/ \はじまったよ21世紀/ アムラー、プリクラ、ガラケー、色々ありました✧

menu 1

1995〜2015 私たちのヒットパレード20年史♥

ファッションやメイクに興味を持ち出したのっていつ頃？　時は1995年。過去のニュースや流行りものを一緒に振り返りながら、“あの頃”を思い出そ♥



\がんばろう神戸/ 1995

M7.3の大地震に揺れた激動の1年間💧

暗いニュースが世の中を席巻するなかコギャルブーム到来😊　プラダやヴィトンなどのブランドやチビTなどが女子高生に大流行♥

3大ニュース

- ♥ 阪神淡路大震災発生
- ♥ Windows 95 日本語版が登場
- ♥ ゆりかもめ開通

HIT SONG: LOVE LOVE LOVE / DREAMS COME TRUE

MERIはこの時15歳　安室ちゃんに憧れて糸のような細まゆゲット✧　でも人生最大の肥満期だったからサマにならず…💧

1995年が20年前ということに衝撃を感じる？

no 13% / yes 87%

20代後半以上の子はみんな口を揃えて「20年って早い💧」とコメント。歳を重ねるほど、時代の流れは早く感じるようになる模様…💧

「たれぱんだ」って知ってる？

no 2% / yes 98%

ダルっとしたゆる〜いキャラクターで、女子中高生の間でブームに。



PHSを持ってた？

no 13% / yes 87%

料金の安さがウリだった“ピッチ”。繋がりにくいという難点も。

\自分で自分をほめたい/ 1996

プリクラ大流行で行列騒ぎも発生!!

安室ちゃんに憧れて、この頃から日サロに通うコが増えた♥　マラソン有森裕子のオリンピック銅メダル獲得時のコメントが流行語😊

3大ニュース

- ♥ アトランタオリンピック開催
- ♥ 「Yahoo! Japan」サービス開始
- ♥ 「海の日」が新しく国民の祝日に

HIT SONG: 名もなき詩 / Mr.Children

和香はこの時16歳　東京に来た歳😊　飛行機の中から、友達みんなが手を振ってくれてるのが見えて号泣しちゃった💧

アムラーだった？

no 61% / yes 39%

細眉に茶髪、ミニスカ、厚底ブーツ…ちょっと上の世代がマネしてるのに憧れてた😊

たまごっち持ってた？

no 5% / yes 95%

'96年に発売されたキーホルダー型育成ゲーム。いろんな色が登場したけど白が一番人気。

\失楽園/ 1997

フジテレビがお台場に湾岸地域が観光地化！

ビオレの「ふくだけコットン」登場でメイク落としが簡単＆時短に♥　音楽はビジュアル系ブームでバンドにハマるコも多かった😊

3大ニュース

- ♥ 消費税5%に引き上げ
- ♥ 東京湾アクアライン開通
- ♥ 香港がイギリスから中国に返還

HIT SONG: CAN YOU CELEBRATE? / 安室奈美恵



『失楽園』読んでた？

yes 4% / no 96%

過激な描写で、禁断の恋を描いた作品。この年の流行語にもなったよ✧

消費税が3%だったの覚えてる？

no 1% / yes 99%

消費税法が施行されたのは平成元年（'89年）からのこと。'14年には今の8%に値上げになった💧

みどりはこの時14歳　男の子から（ポケ）ベル番聞かれて教えたのに、なぜか友達伝いに手紙を渡され告白された💧

\だっちゅーの/ 1998

チッパイも頑張ってマネたパイレーツ♥

谷間を寄せるギャグが流行語に。ネイルアートやキャミソールなど、今もみんな大好きなファッションアイテムが登場したよ😊✧

3大ニュース

- ♥ サッカーW杯仏大会に日本が初出場
- ♥ 郵便番号が7桁に
- ♥ 冬季長野オリンピック開催

HIT SONG: 誘惑 / GLAY

孫ギャルって何!?

「高校生のコギャルをマネた中学生のこと♥写真は私のコギャル時代😊」（和香）



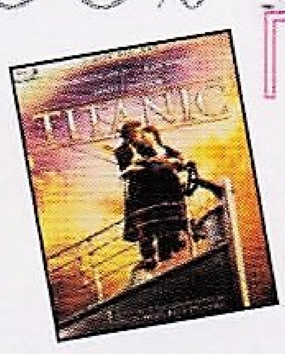
ルーズソックスはいてた？

YES 100%

中高時代、全員が通って来た道がコレ✧　ゴムありを履いていたコが62%、ゴムなしは38%と勢力図的にはゴムありが優勢でした♥

「ビビビっときました」さて、誰の言葉でしょう？

A 松田聖子　結婚会見で発言。コレから派生して「ビビ婚」なんて使われ方もしてた✧



『タイタニック』を映画館で観た？

no 42% / yes 58%

レオ様主演、日本での興行収入262億、立ち見が出るほどの人気ぶりだった😊

絵里奈はこの時14歳　胸がなさ過ぎてブラジャーを買ってもらえなかったから、スポブラに肩パットを入れて盛ってました💧

\雑草魂/ 1999

2000年へのカウントダウンで大盛り上がり

ヘアエクステがブームだったけど「当時の毛質はイマイチ💧」。西暦の変更で、機械の誤作動を心配した「ミレニアム問題」勃発💧

3大ニュース

- ♥ 15〜20㎝の厚底靴がブームに
- ♥ 携帯·PHSの番号が11桁に
- ♥ ミレニアム問題発生

HIT SONG: だんご3兄弟 / 速水けんたろう 茂森あゆみ



Roma／Anka Friendrich

アイボを持ってた？

yes 33% / no 67%

ソニーから登場した小型犬型ロボットペット。初期の定価は25万円✧

まなかはこの時13歳　中学生。はじめて告白されて、なんやかんやでつき合ったけど、すぐに別れちゃったよ💧



20年の歴史で青春時代を振り返る＆今の私たちのお金や生活スタイルランキング！

読者321人♥アンケート調査

思い出レストランへようこそ♥

歳を重ねた今だからこそ、振り返る思い出があります♥　今回は姉ageha5周年を記念して、誌上初、私たちの生きて来た歴史、流行った物、そして現在を大特集します♪

PHOTO_Hirofumi Yamashita(f-me)　HAIR & MAKE_Chiharu Koya
STYLING_Kaori Nara　EDIT&TEXT_Mai Komuro　THANKS_EASE, UTUWA



\ おっはー //

2000

慎吾ママブーム♥
“おっはー”が挨拶の定番に

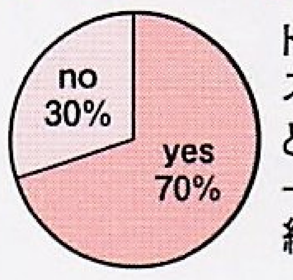
地下鉄大江戸線が開通し、六本木へのアクセスが便利に♥　ファストファッションの先駆け、ユニクロが勢力を拡大したのもこの頃✧

3大ニュース

- ♥ 二千円札の発行、500円玉が新しくなる
- ♥ 木村拓哉結婚
- ♥ パラパラ大流行

HIT SONG
TSUNAMI
サザンオールスターズ

iモード使ってた？

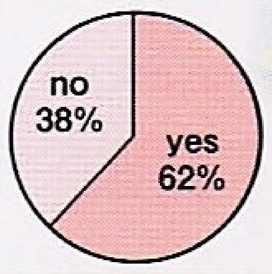


ドコモのガラケー専用サービス😺「✧の絵文字使ってた」と、絵文字を使ったキャリアメールの送受信や、着メロ、壁紙のDLなどができた😊



腰パンしてるメンズに憧れてた？

どこもかしこも腰パンだらけ。パンツが半分以上見えてる強者も。「好きになる人はみんな腰パン」と、半分以上のコが腰パン男子ラブだった♥





祐香は この時**21**歳

『egg』でライターデビューしたよ😊　マンバを卒業して普通のギャルに路線変更した懐かしい頃✧

はじめて携帯を持ったのはいくつの時？

キャリアはドコモが人気！

平均**15**歳

中3～高1にかけて携帯デビュー✧　なかには、初のモバイルフォンがPHSだったっていう人も😊　当時のJ-PHONEはソフトバンクに、KDDIはauになりました😺



“センターガイ”って知ってる？



『men's egg』が作ったギャル男の新種。マンバの男版で通称モリオ😊

今や絶滅危惧種かも!?



\ 明日があるさ //

2001

ウェブの百科事典
ウィキペディアが発足✧

ワンショルダートップスや股上の浅い、ローライズデニムが大流行✧　座った時に見えちゃうパンツ対策として見せパンも登場😊

3大ニュース



- ♥ TDS、USJ開園
- ♥「Suica」登場
- ♥ アメリカ同時多発テロ発生

21世紀だよ♡



HIT SONG
Can You Keep A Secret?
宇多田ヒカル

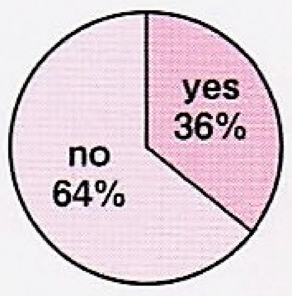


RIRIは この時**13**歳

アクターズスクールに入ってダンスを習いだしたよ✧　ダンス仲間とつき合った思い出があります♥

開園してすぐ東京ディズニーシーに行った？

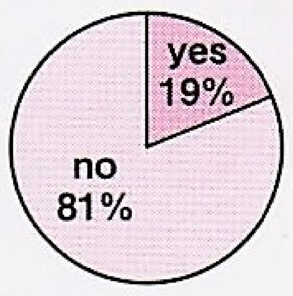
'01年9月4日にオープンした、7つの港をテーマにしたディズニーパーク😺　アルコールが飲めることでも話題に✧



『ハリー・ポッター』シリーズ読んでた？



架空の魔法学校を舞台にしたファンタジー小説。'01年には映画化もされて大ヒット😊　USJにはアトラクションも♥



B系ファッションにハマってた？

ダボっとしたブラック系のストリートコーデがブームに♥　黒や白でB系コーデをクールにまとめてた😊　ドレッドに挑戦するコも✧



\ ワールドカップ //

2002

サッカー人気でベッカムヘアーのメンズが大繁殖😺

ニュースは連日、多摩川にアゴヒゲアザラシ出現の話題だったよね😊　全国初の歩きタバコ禁止条例が千代田区で施行されたよ。

3大ニュース

- ♥ デイビッド・ベッカム人気爆発
- ♥ 全国初の歩きタバコ禁止条例制定
- ♥ ヌーブラ発売開始

HIT SONG
H
浜崎あゆみ



咲は この時**16**歳

高校がセーラー服で、通学中に「コスプレしてる」って指さされた記憶が💧　ケバく見えたのかな!?



タマちゃんブームがあったよ♡

初めて買ったコスメは？

アイシャドー

2位はリップグロスで、3位がチーク✧　人気のコスメデビューブランドは、1位がキャンメイク、2位がヴィセ。みんな、バイト代やおこづかいを貯めて自分で買ったという人が多め。親に買ってもらったっていう人は全体の20%くらいでした♪

コスメデビュー
平均**14**歳

一番早かった人は9歳でデビュー！　30代は高校生、20代は中学2～3年頃と時期が分かれたけど、平均すると中2という結果に😊

\ なんでだろう～ //

2003

ニーハイブーツの流行で
“絶対領域”ブーム到来♥

iPodが発売され、音楽のDLスタイルが加速😊　なんちゃって制服スタイルが流行って、ドンキなどの量販店では制服小物を販売✧

3大ニュース

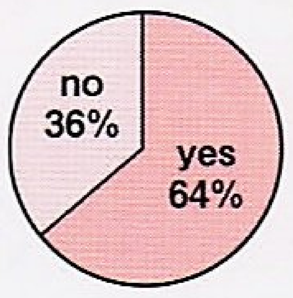
- ♥ 六本木ヒルズオープン
- ♥ “マンバ”ファッション登場
- ♥ 巻き髪ブーム到来

HIT SONG
世界に一つだけの花
SMAP

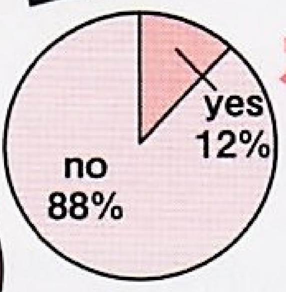
『千と千尋の神隠し』を映画館で観た？



300億円を突破した、日本歴代興行収入1位のジブリ作品✧「当時の彼氏とデートで観た♥」っていう人が多かったよ😊



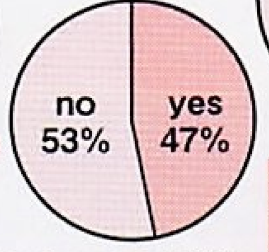
“マツケンサンバ”を踊れる♡



松平健が歌う「マツケンサンバⅡ」。サビ部分の振りが印象的だったけど姉読者には響かず？



5千円札が昔は新渡戸稲造だって知ってた？



5千円札の肖像画は'04年にメガネをかけた新渡戸稲造から、小説家の樋口一葉にバトンタッチ😊



明日香は この時**19**歳

女のコ最初の本厄💧　絶対何かあるって震えてたら、骨折、失恋…と続いてボロボロの1年だった💧

\ チョー気持ちいい //

2004

韓流ブームがスタート!!
「冬ソナ」ブームでヨン様大人気♥

アテネ五輪で、水泳の北島康介が試合後に言ったセリフが流行語に😊　ドラマに映画に主題歌もヒットと「セカチュー」がブーム✧

3大ニュース

- ♥ アテネ五輪でメダル37個
- ♥ 新紙幣発行
- ♥ ペ・ヨンジュン大フィーバー

HIT SONG
瞳をとじて
平井 堅



かすみは この時**18**歳

高校の卒業旅行で友達と韓国へ♥　ほぼ寝ずにショッピングしてた✧　カラコンデビューもこの旅行で😊

みんなの家の懐かしいモノ見せて♪

お題は「お家にある懐かしい＆古いモノ」。みんなの思い出の逸品がズラリ。「あったね～」と言いたくなるモノがいっぱいです♥

プリクラ＆写真アルバム





神崎愛莉奈さん

写真のアルバムをプリ帳に😊　キャバ嬢時代に撮った思い出がいっぱい詰まってる宝物✧

『天使なんかじゃない』





奥山絵里奈さん

私のバイブル「天ない」です。矢沢あい先生が大好きで「ご近所物語」とかも読んでた😺

デジモノデコグッズ





大城あいさん

とにかく何でもデコってました✧　スイーツやキャラクターなどのモチーフが多め😊✧

リカちゃん人形





伊吹奈々さん

リカちゃんと当時の彼氏イサムくん♥　関係ないけどリカちゃんの男遍歴ってスゴイ!?

写真入り名刺





青木りえさん

20代前半の頃に使ってた、キャバ嬢時代の名刺だよ♥　思い出に今でもとってあります😊



\\ ちょいモテオヤジ // 2005

個性派ストッキングやパイソンなど柄物が大流行✧

'05年はサーファーファッションが再流行したよ😊 安室ちゃん、ayuに続き、倖田來未が第3のカリスマとして出現したのもこの頃♥

3大ニュース

- ♥ 愛知県で「愛・地球博」開幕
- ♥『恋のマイアヒ』が女子高生の間で話題に
- ♥ iTunes Music StoreでのDLが主流に

HIT SONG 青春アミーゴ 修二と彰

クリスピークリームドーナツを買うのに並んだ！



アメリカからきた、砂糖コーティングされたドーナツ♥ '06年に日本初出店、1時間並んだという強者も😊

yes 33% / no 67%

美和子はこの時24歳
歯学部の国家試験のために、死に物狂いで勉強💧 男、酒、パラパラは一切断ってた勉強漬けの一年。

ドラえもんの新しい声に馴染めない



'73年から放送されてきたドラえもんの声優が一新！「声が変わって10年経つなんてビックリだけどいまだに馴染めない💧」っていう人も。

no 14% / yes 86%

ジローラモがタイプです♡

yes 3% / no 97%

雑誌『LEON』から、「ちょい不良（わる）オヤジ」が登場😊 代名詞的存在、ジローラモみたいな人はお姉さんたちのタイプとは違うみたい。

赤西仁の活動休止、ショックだった

KAT-TUNのメンバーで当時一番人気だった赤西仁が突然グループを脱退し、渡米したことが話題になったよ💧

yes 21% / no 79%

\\ イナバウアー // 2006

age嬢が一大ムーブメント！盛り髪が新たなアイコンに😊

それまでのギャル文化から進化、時代は〝盛り〟ブームに♥ 巻き髪でヘアアレンジはゴージャスに、メイクはどんどん濃く😊

3大ニュース

- ♥ 表参道ヒルズがオープン
- ♥ ライブドア事件発生
- ♥ 携帯電話の番号ポータビリティ開始

HIT SONG Real Face KAT-TUN

あいはこの時18歳
実家が厳しくて、逃げるように家を出たのが18歳の頃💧 リズリサの店員になって、109で働いてた♥

\\ アラフォー // 2008

四捨五入して30歳をアラサーと呼ぶように♥

『egg』や『小悪魔ageha』『JELLY』など、雑誌コーナーはギャル誌花盛り😊 アラフォーブームもあり30歳前後の呼び名も誕生♥

3大ニュース

- ♥ 東京メトロ副都心線開通
- ♥ 安室奈美恵10・20 30代でミリオン達成
- ♥ iPhone 3Gが爆発的ヒット

HIT SONG truth 嵐

綾香はこの時24歳
入社2年目、社会人やってた頃だなぁ😊 会社帰りにクラブに行って、オールで出勤とかザラにあった♥

SPEEDはMAXの妹分としてデビューしたって知ってた？

'96年に4人グループとしてデビュー✧ MAXの妹分として当時話題に😊 MAXは安室ちゃんと一緒に「安室奈美恵 with SUPER MONKEY'S」として活動してたって知ってた？

no 48% / yes 52%

東京マラソンに出てみたーい！





yes 14% / no 86%

みんなマラソンは苦手みたい💧 でも、「エントリーしたけど落ちちゃった」っていう人も😊

\\ どげんかせんといかん! // 2007

東国原英夫知事の登場で宮崎県の知名度アップ♥

「そんなの関係ねぇ」や「どんだけぇ〜」など、流行語の豊作期😊 リボンやレースなどロリータファッション風の姫ギャルが出現✧

3大ニュース

- ♥ 東京ミッドタウンがオープン
- ♥ オネエブーム大爆発
- ♥ EXILEが総勢14人に

HIT SONG 千の風になって 秋川雅史

七瀬はこの時21歳
読モ仲間だったゆきいちごとルームシェア✧ 主食はカップ麺とおにぎり、カスタードパイでした♥

iPod touch持ってる？

yes 35% / no 65%

「ケータイじゃなくていいけど、なんかカッコイイから」っていう理由で買った人が多かった♥ カメラ代わりに使ってたコも♪

タクシーの全面禁煙化がショック！

no 56% / yes 44%

「タバコ吸いたくてタクシーに乗る時もあったのに」と喫煙者にはショックな出来事💧 これを期に禁煙した人も。

\\ 草食男子 // 2009

H&Mなどのファストファッションにハマったよ♥

H&Mが'08年に日本初出店、入場制限がかかる大盛況ぶりを発揮😊 '09年にはForever21が登場し、ファストファッション時代に♥

3大ニュース

- ♥ 国際宇宙ステーション「きぼう」が完成
- ♥ 村上春樹の『1Q84』が大ヒット
- ♥ レギンスの流行

HIT SONG Believe 嵐

ファストファッション大好きです♡



ブランド志向だったけど、今は「安くてカワイイ」が合い言葉に♥ 短いサイクルで新商品が登場するのも嬉しいポイントです♥

no 45% / yes 55%

食べるラー油にハマった♡

no 34% / yes 66%

具入りのラー油が大流行したよ♥「ご飯とこれだけでOK♥」というラー油マニア も出現！



奈々はこの時28歳
東京で同棲してた彼氏と別れて、名古屋へ帰ったよ😸 まつエクサロンを開業するキッカケの年だった。

\\ イクメン // 2010

ギャルたちがママになって表舞台にカムバック♥

ギャルママ協会が発足したのが'10年のこと。ファッションでは、益若つばさちゃんを真似てデカリボンにハマった人もいたよね♥

3大ニュース

- ♥ HMV渋谷閉店
- ♥ 各地で猛暑、熱中症患者続出
- ♥ マキシワンピの大流行

HIT SONG Butterfly 木村カエラ

梓はこの時21歳
旦那の家族と私の家族、9人で伊豆旅行に行ったよ😊 滅多に揃わないからいい思い出♥



アルバのベアトップ



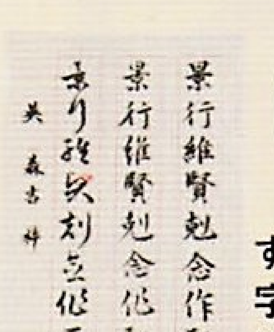
古橋綾香さん
10年前から愛用してる😊 クタクタだけどフィット感が好きで捨てられないんです💧

オルゴール



西澤友希さん
中1の時に妹から修学旅行のお土産でもらった✧ 今も大事にアクセサリーケースに😊

習字の作品



菜採 梓さん
ずっと習っていたお習字の作品♥ 自分では完璧だと思ったのに、直されちゃった💧

じゃじゃまるの人形



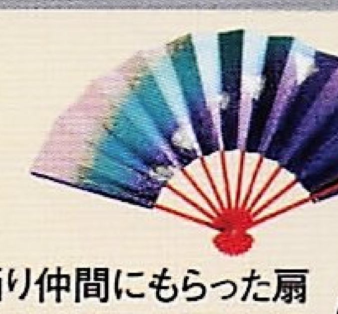
芹沢明日香さん
小さい頃『にこにこぷん』に出たことがあって😊 その時の思い出のぬいぐるみです✧

お絵かき帳



鈴木愛美さん
小さい頃からお絵描きが大好きだった😊 これは幼稚園の頃に描いた懐かしいやつ😊

扇子



木村美和子さん
踊り仲間にもらった扇子は10年モノ♥ テクノ系のクラブに行くときは必ず持ってくよ😊

\ なでしこジャパン //
2011

ベビーライクなアイテムの流行で
カッコいいからカワイイがブームに♥

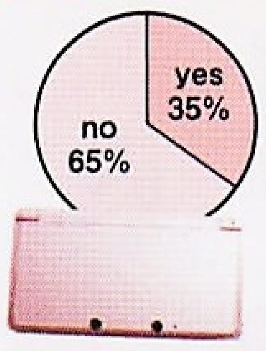
丸襟やカチュームなど、キュートなスタイルが多かった'11年 10〜30代の間でスマホが爆発的ヒット♥ お姉さんたちはこぞってiPhoneにチェンジ♥

HIT SONG フライングゲット AKB48

3大ニュース
- ♥ 3月11日、東日本大震災発生
- ♥ 地デジに完全移行
- ♥ 20代のスマホ普及率急上昇

りえは この時**26歳**
夜の仕事を上がった歳♥ 昼型の生活に戸惑って大変だったこともあったけど、彼氏もできたよ♥

ニンテンドー3DSを持ってる?



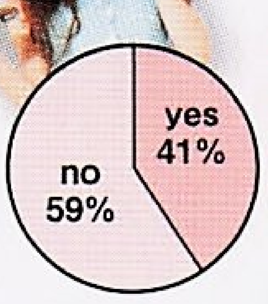
ポータブルゲーム機といえば3Dゲームが楽しめるコレ♥ 3DSを持ってるコに聞いた、ゲームソフトの一番人気は「マリオシリーズ」だったよ

『姉ageha』が創刊したよ♡



'10年11月06日に小悪魔の増刊号としてデビュー✧ '12年12月7日より「姉ageha」として一人立ち♥

東京スカイツリー、昇ったことある?



高さ634mと、ギネス世界記録認定のタワー♥ 「昇ったことはないけどソラマチは良く行く」ってコも♪

\ ワイルドだろぉ //
2012

東京の新シンボルタワー
東京スカイツリーオープン♥

スマホが一般的になった次にみんながこぞってDLしたのがLINE。ファッションはダンガリーシャツと黒ぶちメガネが鉄板アイテムに。

3大ニュース
- ♥ 渋谷ヒカリエがオープン
- ♥ 前田敦子、AKB48卒業
- ♥ タトゥストッキングが流行

HIT SONG 真夏のSounds good! AKB48

愛美は この時**25歳**
2人目を出産✧ 1人目の出産が23歳で、中学生の頃からの人生設計通りに出産が叶った記念の年♥

\ 今でしょ! //
2013

テレビが地デジに完全移行で
毛穴まで見えるクリアさに!

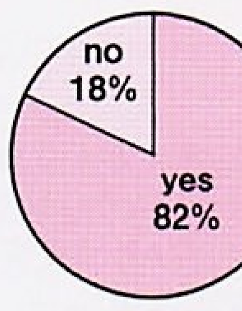
バブル時代のカーディガンを肩がけするプロデューサー巻きが再熱✧ ギャルの間では、雰囲気って意味の「バイブス」が口癖に♪

3大ニュース
- ♥ 2020年の東京五輪開催決定!
- ♥ ハイウエストブーム到来
- ♥ 連続テレビ小説『あまちゃん』が大流行

HIT SONG さよならクロール AKB48

富士山の世界文化遺産登録で内心盛り上がってた





「富士山には登ったことはないけど、なんか嬉しかった♥」っていう意見が多かったよ✧ やっぱり富士山は日本人の心のふるさとみたい

地下鉄でケータイが使えるようになって嬉しい♡



今や使えて当たり前! 「気づいたらいつの間にか使えるようになってた」と、気付かなかった人がいっぱい

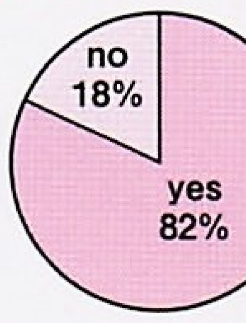
笑っていいとも終了でお昼のテレビ難民に



31年半放送されてた、お昼のウキウキウォッチングが終わって以降、お昼にテレビを見なくなった人が急増

愛莉奈は この時**25歳**
25歳の誕生日に、仲良しの友達みんなが、リムジンパーティーをしてくれて、すっごい嬉しかった〜♥

電気代が上がってショックだった?



東日本大震災の影響で'12年9月に電気代大幅アップ 80%以上の人がショックだった一方で、「引き落としだから気づかなかった」というコもいてビックリ!

\ ダメよ〜ダメダメ //
2014

ミモレ丈スカートで
ガーリーコーデ♥

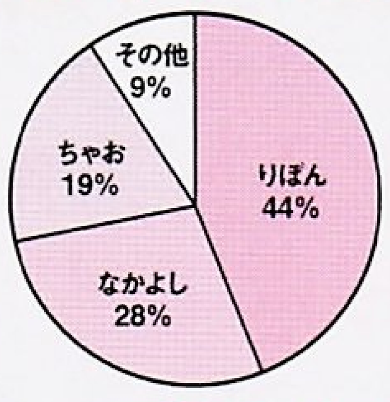
映画『アナと雪の女王』が大ヒットし、カラオケでは松たか子バージョンの「ありのままで」が新たな盛り上がり系ソングに仲間入り。

3大ニュース
- ♥ 「あべのハルカス」が日本一高いビルに
- ♥ 消費税が8%に
- ♥ スリッポンが大人気の一足に

HIT SONG ラブラドール・レトリバー AKB48

友希は この時**25歳**
キャバクラを卒業したよ そして今の旦那さんからプロポーズされ、すごくハッピーな1年だったな♥

子供の頃に読んでいた漫画雑誌は?



『りぼん』『なかよし』『ちゃお』の3冊とも読んでたっていう人も♥ その他には『別冊マーガレット』や『ジャンプ』っていう回答も

子供の頃好きだった漫画は?
ママレード・ボーイ
吉住渉の漫画で、アニメ化もされたよ 彼氏とひとつ屋根の下っていうラブストーリーの王道設定がみんなのツボにハマった✧

\ あったかいんだからぁ //
2015

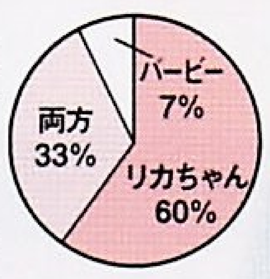
ベビーラッシュだった芸能界
姉でもおめでた報告が続々♥

水野祐香さん、神子島みかさんのおめでた発表で、姉的にも明るいニュースがいっぱいの'15年♥ '16年もよろしくお願いします✧

HIT SONG Dragon Night SEKAI NO OWARI

3大ニュース
- ♥ マイナンバー制度スタート
- ♥ ラグビーワールドカップで日本中が熱狂の渦に
- ♥ ガウチョパンツが大流行

リカちゃん派? バービー派?



両方持っていた人も含め、圧倒的人気だったリカちゃん♥ 髪の毛のアレンジや着せ替えをして遊んだね✧

プリクラ帳、持ってた?



プリクラの進化を見続けてきたアラサー世代が絶対に持っていたモノがプリクラ帳♥ 今は携帯に保存ができて便利だけどさみしい



ウケるwww

「MK5」って何のことか知ってる?



ギャル語初期の頃にみんな使ってたよね 「2ちゃんねる」などで使われてるネットスラングが、そのままギャル語にもなった

A M(マジで)K(キレる)5(秒前)

"ナツイ"ギャル語辞典
- チョベリバ→超ベリーバッド(悪い)
- ホワイトキック→シラケる
- KY→空気読めない
- ぎゅーしばく→吉野家で牛丼
- 超MM→超マジムカつく

20年史はここまで♥ 次は現在地!

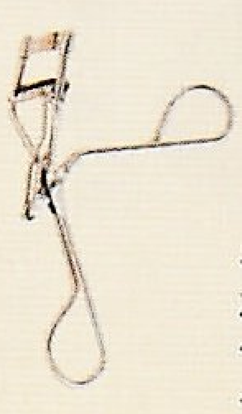
ジョン

カエルのぬいぐるみ



RIRIさん
幼稚園の頃なぜか蛙が大好きでそこからコツコツためました✧ 今でも大事にしてるよ♥

ビューラー



MERIさん
お母さんから譲り受けたビューラーは、多分もう15年くらい使ってるんじゃないかな!?

ガラケー



美咲さん
ガラケーはデコが基本♥ 5年くらい前に友達に作ってもらったやつで捨てられない✧

ヴィトンの小銭入れ



真優川咲さん
お札を小さく折って財布にしてる♥ 違うのを使う時もあるけど、結局はコレに戻るの

プリクラ帳



まなかさん
高校生時代のプリクラ帳。思い出のアルバム代わりとして、時々見返したりしてるよ✧

みんなの平均&ナンバー1をフルコースで!

私たちの現在地♥

プライベートや恋愛観、お金の問題など、読者321人の平均値やハマってる&人気のアレコレまで、いつも姉agehaを読んでくれてるみんなのリアルな実態、教えちゃいます♥



Appetizer

平均値いろいろ

プライベートのアレコレ

みんなの私生活ってどんな感じ? 夜職経験のありなしから、お風呂タイム、起床&就寝時間まで、平均値を出しちゃいました✧

身長、体重はどれくらい?

158.4cm
43.9kg

みんなの身長体重を平均すると、お姉さんの中では祐香ちゃんのスタイルに♥ でも一般平均体重より痩せ過ぎなので注意してね



水野祐香さん
158cm
43kg

日サロの経験は?



あり58% なし42%

ガングロブームを通ってきたアラサー でも20代中盤は美白命ってコが多めだからか、日サロ通いは全体の半分強くらいだった♥

YESの人…

焼いて後悔してる?

YES36% NO64%

過去は振り返らないってのがモットー✧ 今美白に勤しむコでも「それはそれでいい思い出だった♥」と、みんな気持ちのいい割り切りぶりだったよ✧

夜職の経験は?



あり74%
なし26%

読者の7割以上は夜職経験あり✧ 今はもう卒業して、会社を立ち上げたり結婚したりしてる人もいっぱい

お風呂タイムはどれくらい?

平均41分

一番の長風呂で3時間なんて人も! みんなバスタイムにはしっかり時間をとってボディケアを頑張ってるみたい♥

起きる時間、寝る時間は?

起床9時 就寝25時

ちなみにママたちの起床時間は、朝6～7時が平均値。お肌のゴールデンタイムに睡眠がちゃんと取れてないっていうのが現実

誰と遊ぶことが多い?



友達



女子、地元、会社の同僚など友達の種類は様々 2番目に多かったのが、彼氏と遊ぶ♥ デートよりガールズトークが結局楽しい✧

お風呂に入って一番始めに洗うのは?



髪の毛

2番目に多かったのが「顔から洗う」っていう回答 顔から洗うコは「お風呂の中でメイクを落とすから」っていうのが理由のひとつ✧

Salad

そろそろ適齢期ですよ!

LOVEのアレコレ

そろそろ適齢期に差し掛かって、結婚の2文字がチラつく独身さんいらっしゃい 独身、既婚別に結婚&恋愛の価値観を調査♥

独身の人

どんな婚活してる?

飲み会やパーティに参加する

結婚はしたいけど飲み会参加程度と、積極的ではないっていうのが実態♥ 鍵は自分から攻めること!?

何歳までに?

平均32歳

イメージとして、32歳で結婚っていうのは去年のアンケート調査から変化なし! 「今すぐ」って回答も

結婚したい?

YES85%
NO15%

まだまだ結婚願望があるなか、「結婚にはあんまり興味がない」という人の多くが会社を経営

彼氏はいる?

YES46% NO54%

「私は結婚を意識してたけど、話が出てこないから」という理由で彼氏と別れて現在募集中という人が急増。結婚を意識した彼氏選びがモットー✧



結婚してる?



YES 25% NO 75%



読者の間ではまだまだシングルの人たちが多め。ただ、長く付き合っている彼氏がいたり、婚活をしたりと、結婚を意識している人たちもいっぱい♥ 結婚してる人たちは、妊活へとステップアップ中✧

既婚の人

一番好きな人と結婚した?

YES42% NO58%



➡あいちゃんと隼人さんのラブラブ夫婦は結婚2年目。

結婚は2番目に好きな人とした方がいい? そんな都市伝説が頭をよぎる結果に…

不倫経験は?

あり44% なし56%

「昼顔妻」ブームの名残か、不倫経験者が半数弱と多め

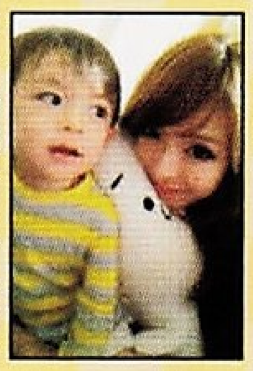




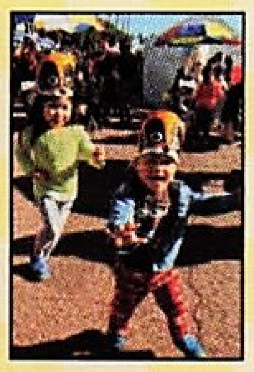
子供は何人?

平均1.2人

子供の数は去年と一緒♥ 1人目が2～3歳のママは「2人目妊活中です✧」とのこと



➡古橋綾香ちゃんの王子はイケメンへ成長



➡腕白な姉弟は谷和香ちゃんファミリー

離婚歴は?



あり23%
なし77%

約2割が離婚経験ありと、去年のアンケート調査から離婚率は急上昇。子供をママが引き取る率、ほぼ100%でした





お姉さんたちの現在地♥

1回のデートでどれくらいお金を払う？

平均¥3,947

デート代はほぼ交通費のみという回答が90%以上だったよ。基本は彼氏持ちっていうのが良い女の条件!? 割り勘派は全体の3%程度。

今年買った一番高いモノは？

¥2,000,000

NISSANデイズルークス

1位は、360度バックモニター&広めの車内でママ人気ナンバー1!! 冷蔵庫と洗濯機合わせて180万円お支払いってコもいたよ

Soup

先立つモノが必要です

お金のアレコレ

どんなに仲がよくてもなかなか本音で話せないお金のこと。匿名だからこそ聞けたぶっちゃけ金額の平均値を大公開しちゃいます♥

独身の人



年収の平均は ¥4,509,230

年収は一番低い金額で200万円台の人もいれば、自分で会社を経営して1000万円以上稼いでるというコもいて様々 「年収は低いけど、会社の経費で食事代を落とす」なんて節税派もいたよ

1カ月♥HOW MUCH?



自由に使える金額は？

平均¥94,870

自分で稼いだお金は自分のモノということで、自由になる金額は既婚者よりも多め。「余ったお金は貯金にまわしてます♥」と、金額をあらかじめ高めに設定

洋服代は？

平均¥42,568

既婚者と違って、毎月ちょこちょこ新作の洋服をゲットする独身のコたち♥ 「トレンドのアイテムははすぐに欲しい!」っていうのがみんなの本音みたい

コスメ代は？

平均¥21,390

「シャドーやリップなどつい買っちゃう」と新作好きも。デパート系コスメブランドでライン使いをすると「平均コスメ代は4～5万」になるみたい

食費は？

平均¥31,024

友達とのご飯が週に1～2回くらいある人は6万円くらいが相場✧ アンケートでは自炊してる人が多かったので、食費の平均値は3万円台という結果に

貯金額は？ 平均¥91,290

多いコで毎月15～20万円を貯金✧ 「余ったお金を貯金に回す♥」と、貯金額を決めてないコもいっぱい

からの…

平均総貯金額は¥2,679,230



総貯金額が低い理由は旅行や買い物で、一定額をちょくちょく使う模様 「貯金でシャネルの靴を買ったよ♥」など、貯金もするけど使う時は使うことがわかったよ

パートナーへのプレゼント代は？

平均¥50,970

一番高いコで10万円、金額が低いコで1万円と幅があったよ。「自分がもらう金額の半分かな?」というコも多く、約5万円が相場。

既婚の人



年収の平均は ¥8,531,058

世帯年収で出した平均は約850万円 共働きの夫婦がほとんどで、なかには1千万円超えという人も✧ ただし、専業主婦や妊娠・子育てで育休中というお家は、600万円くらいが世帯相場

1カ月♥HOW MUCH?



自由に使える金額は？

平均¥73,620

コスメや洋服代に加え、家族分の食費も払うので、独身より平均値が高めという結果に。「旦那にバレないように捻出」なんていうやりくり上手さんも♥

洋服代は？

平均¥31,093

洋服はファストファッションもしくはセールで季節ごとにまとめ買い✧ 独身と違って、こまめに買わないのがポイント 1回のセールで10万円弱お支払い。

コスメ代は？

平均¥12,571

ブランドのシャドーやリップ命だったけど、結婚後は「ドラッグストアコスメにした」と回答したコが多数 子育てで買いに行く暇もないのが現実みたい

食費は？

平均¥64,875

自分で家計を管理してるお家は、家族全員分の食費を支払うから金額は独身者の2倍に。夫婦2人でも「外食が多いから」という理由で約6万円が平均

貯金額は？ 平均¥57,824

年収が高い分、出費も多いのが既婚者の特徴 家を買うという目的で毎月15万円貯金してる夫婦も

からの…

平均総貯金額は¥4,475,497



アンケート結果では、夫婦2人暮らしというお家がまだまだ多い、お姉さん世代 そんななかでも、今後の子育てやマンション購入などを考えて、しっかりと貯金してるコが圧倒的✧

パートナーへのプレゼント代は？

平均¥65,000

家賃は旦那、光熱費は妻という支払いスタイルが多め。なので、共働きの夫婦はプレゼント代はちょっぴり奮発したいみたいだよ✧

2015年のマイブームファッションアイテムは？





ハット・帽子

ツバ広の女優帽が爆発的ヒット✧ コレひとつで、コーデがグンとレディになると、ハットをかぶったお姉さんたちが撮影現場に溢れた1年でした✧

Main dish

私たちの元素がコレ♡

ファッション&ヘアメイクのアレコレ

定番スタイルから、'15年のお姉さん的流行まで、キレイになるための指針になる回答がいっぱい♥ 姉的スタイルの参考にしてね



2015年に買った服何色が多かった？

ホワイト

トップスからボトムスまで、白を入れるコーディネートが流行✧ 冬場のニットの定番色としても人気♥





どこのブランドが好き？

シャネル

バッグや靴、コスメなど支持率ナンバー1ブランドはダントツでシャネル♥

洋服どこで買ってる?



SHIBUYA109

マルキュー派とルミネ派の二大勢力誕生! でも「昔から通ってて落ち着く」なんて声が勝利✧ ショッピングプレイスはマルキューが殿堂入り♥

よくやる髪のカラーは?

ブラウン系



金髪世代を築いた姉読者も、ブラウンベースの髪色がお気に入り✧ アッシュブラウンやベージュベースのグラデーションなど、茶髪の中でもオリジナリティを追求するのがポイント

髪の毛の長さは?

ロング79%
ミディアム11%
ショート6%
その他4%



「巻き髪のゆるふわスタイルが好き♥」という回答が多かった髪の長さはロングが1位✧ その他には、ベリーショートやスーパーロングの人たちがカウントされてます

サプリ、何飲んでる?

ビタミン系



ビタミンの中でも一番人気だったのがビタミンB群。脂肪を貯めない体作りやホルモンバランスを整えてくれるなど、女子に嬉しい効果がいっぱい♥ 人気はチョコラBBプラス。

ヘアメイクの時間は?



ヘア16分 メイク30分

メイク時間は、たったの3分というちょっぱやの人も その反対に、90分かけているコもいたよ ヘアはコテで巻くのに15分程度と、みんな同じくらいの時間をかけていることが判明✧

冬でもペディキュアしてる?

YES 63% NO 37%

靴下やタイツを履く機会が多いから、足元の手入れは怠りがち…と思いきや、63%の人が冬でも足元美人に✧ 「素足にヒールだから」というコも多かったよ♥

前髪はある?

ありあり65%
なし35%

ここ数年で前髪のあるコが増殖♥ 「アラサーだから、あえてカワいく!」と、バングスス短めタイルにシフトチェンジしてるみたい。





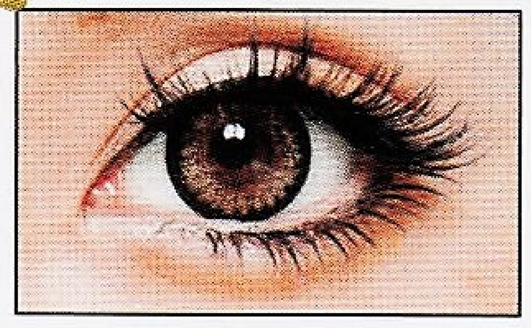
お気に入りのヘアアクセは?

シュシュ

いつの間にか増えてるシュシュは「鞄の中に必ず入ってる」みんなのマストアイテム✧ バナナクリップとカチューシャは同率2位

お気に入りのカラコンの色は?

ブラウン系



髪色に合わせたブラウンが人気 「目元が柔らかい雰囲気になるから好き♥」という理由も✧ 2位はブラックとグレーでした。

つけま派? まつエク派?

つけま54%
まつエク46%

1年前はまつエク人口が37%だったけど、'15年は約半分の人がまつエク派に転身♥ 「楽!」のひとことに尽きる♥

1番こだわってるアイテムは?

靴

「足元は女の命♥」。靴マニアが圧倒的多数でした 次に多かったのは帽子とバッグ。「この秋冬で女優帽3つゲット✧」という人もいるくらいの人気アイテム♪

よくやるネイルのデザインは?



フレンチ

「困ったら取りあえず、フレンチベース」と消極的な理由ながらフレンチが1位♥ '15年はとにかく大きなビジューやパールが大流行♥

ネイルのカラーは?



レッド・ボルドー

'15年の流行色は赤系♥ 原色カラーが人気で、2位はホワイトでした✧ これまで1番人気だったピンクは3位と、ネイルカラー革命勃発

2015年ヘビロテしたヘアスタイルは?



巻きおろし

「ギャル時代から巻きおろし一筋♥」がお姉さんたちのお約束 2位はポニーテール、3位には'15年流行したくるりんぱがランクイン✧

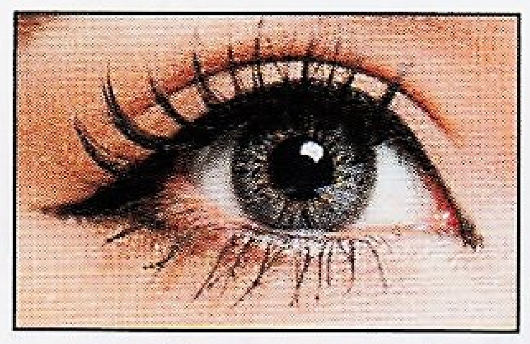
お気に入りのヘアスプレーは?

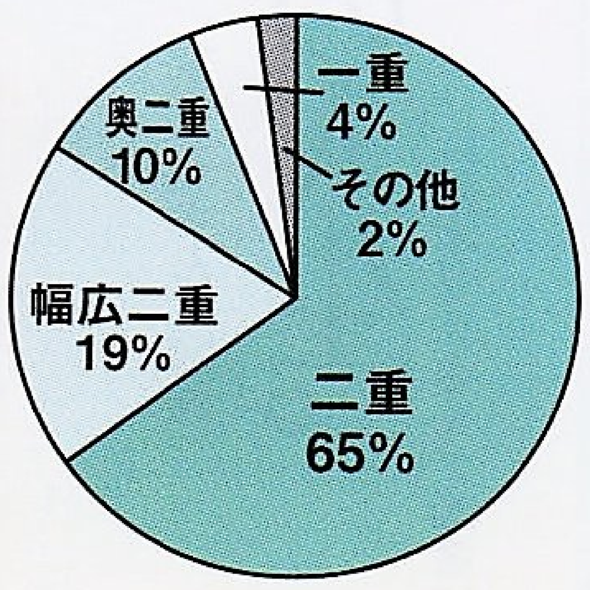


ケープ

安定感のある巻き髪キープの強い味方、ケープのスーパーハードが1位♥ 2位はVO5

目の形は?





みんなの憧れ、セクシーな目元になれる幅広二重は全体の約20%。アイプチで幅広二重を作っているコも♥ 全体的にみると、二重率が圧倒的だよね



Dessert

2015年のことから
ずっと変わらないモノまで
みんなの1位のアレコレ

影響を与え受けた人やなりたい顔、コンビニ事情に趣味趣向、みんなの大好きなものを集めたよ♥ 自分の中の1番と比べちゃお✧

あなたに影響を与えた人は？

安室奈美恵

安室ちゃんの曲に勇気づけられたり、ファッション、メイク、ライフスタイルに憧れた10代。「今の自分のベース」とダントツ1位。

昔好きだった雑誌は？

egg

10代のギャル全盛期を支えてくれた強い味方♥ みんなeggのカリスマモデルに憧れて、ギャルメイクやファッションをお勉強✧

好きな芸人は？



とにかく明るい安村

パッと見、全裸に見えるポーズのギャグがウケた、とにかく明るい安村が姉的'15年のブレイク芸人に選ばれたよ✧

好きな芸能人は？

男性 佐藤 健
女性 沢尻エリカ

映画にドラマに大活躍の佐藤健が昨年1位だった斉藤工を抑えて1位に♥ ドラマ『ファーストクラス』に主演した沢尻エリカは、去年に続き2連覇を達成✧

昔好きだったモデルは？

宮下美恵



eggの元看板モデルで、今は姉agehaでも活躍中の美恵ちゃん♥ ママになっても、皆の青春時代を支えたモデルとしてランクイン✧

よく行くコンビニは？

セブンイレブン

2位と3倍くらいの大差で1位。2位はファミマ、3位ローソン

海外旅行、どこに行きたい？

ハワイ

誰と行っても、何度行っても、いつ行っても楽しいのがハワイ♥ 2位は韓国で食い倒れ&ショッピング

国内は？
沖縄

海辺推しで、沖縄が1位♥ 2位は京都だったよ。温泉に行きたいという意見も多かった



よく使う写真加工アプリは？

Beauty Plus



「盛れるカメラアプリ♥」としてみんなの携帯に絶対入ってたのがコレ。

好きなアイスは？



ハーゲンダッツ

フレーバーは、バニラとグリーンティが人気♥ 2位に選ばれたアイスはスーパーカップでした✧

ずっと好きな食べ物は？



チョコレート

ガルボとマカダミアナッツが人気 この2つはお姉さんたちも大好きで、撮影現場のおやつとして必ず登場するよ♥

好きなカップラーメンは？



カップヌードル

カップ麺と言えば、カップヌードル派の人が半分以上いたよ✧ 醤油味派と塩味派に意見が分かれたけど、醤油味の勝利♥

好きなおにぎりの具は？

すじこ・いくら



「いくらはちょっと高いから、すじこでいい♥」「お醤油の感じがご飯にあう！」という声が多かったよ✧

好きな飲み物は？



コーヒー

カフェオレを押さえて1位に輝いたコーヒー。ブラック好きが多数派でした

よく使うLINEスタンプは？

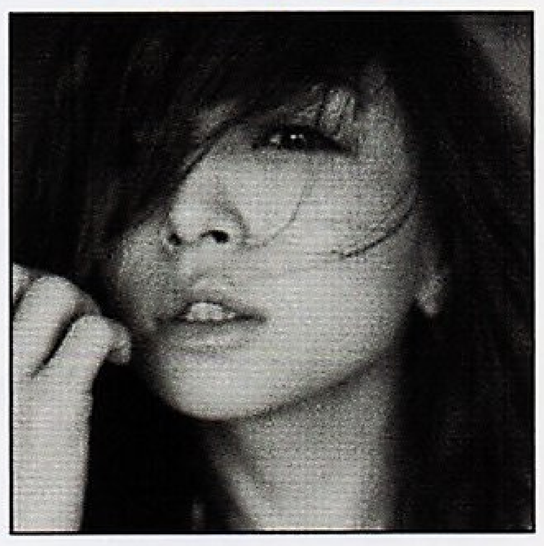
ぐでたま

「ダルい感じがカワイイ♥」。動くやつもいいけど、最近はおしゃべりスタンプがブームに。



なりたい憧れの顔、はじめて好きになった芸能人は？

浜崎あゆみ



みんなの永遠の憧れayuが2冠達成✧ カラオケでは「鉄板で盛り上がる曲」として「ブルーバード」が人気だったよ

2015年で一番衝撃的だったニュースは？

福山雅治結婚

ましゃロス症候群発生！ でもお姉さんたちは「衝撃だったけど、結婚はめでたい♥」って✧

Coffee

みんなの本音を教えて！
あなたにとって姉agehaとは？

復活から1年半が経ちました♥ 色々あったけど、それでも応援してくれるみんなの嬉し過ぎるコメントをちょっとだけご紹介✧

美の教科書♡（奈良なつみさん／24歳）

私の命。この雑誌がなくては生きていけません！（武田美紀さん／27歳）

美への追及や高い意識をキープするための"お守り"です。（佐々木加奈子さん／34歳）

今の私の気持ちを代弁してくれるバイブル。（入江真己さん／29歳）

いつも机の上にあるのが当然のもの。（近藤笑奈さん／27歳）

女の子を女性にしてくれる♡（西澤友希さん／26歳）

35歳になっても美意識を高めてくれる私のサプリメント♪（MERIさん／35歳）

永遠の憧れ。（芹沢明日香さん／31歳）

自分を高める刺激剤♥ この雑誌のおかげで歳をとるのが怖くなくなったよ！（まなかさん／29歳）

私の人生。（青木りえさん／30歳）

姉さん10人が体を張って試してみました！ ンコ10番勝負♥

ダイエットに行き詰まった時の参考にもどうぞ！ が本当に効くかどうかを体験レポート★

PHOTO_Hiroyuki Sato　HAIR&MAKE_Anri Mitsuishi　EDIT&TEXT_Hironeko-A

飲むだけでヤセる!? 2015年の注目株と24時間6本勝負!!

第1回戦 青木りえ VS ジュースクレンズダイエット



広島の看護学生
(30歳／広島県)
独身・子供なし
青木りえさん

選手データ
入場テーマ：『Sorry／Justin Bieber』、減量目標：特になし、得意なダイエット技：有酸素運動。去年始めたジョギング効果で目標体重達成✧ 現在はむくみやたるみと格闘中

What Is ジュースクレンズダイエットとは？



新鮮な野菜や果物を使った100%ジュースを食事の代わりに飲む健康＆減量法。消化器官を休ませることで、身体の老廃物を排出するデトックス効果を促進★ 内臓脂肪やむくみの原因の解消などにも効くと海外でも大流行

試合ルール♥
丸1日ジュースのみで過ごすだけ
今回はELLE Caféのジュースで実施。ほかに摂っていいのは水のみ。固形物は一切取っちゃダメ！





Fight!
1 1本目は青汁りんご味♥
スタジオで早速ゴクゴク★ 量が多いから意外とお腹に溜まる♥ 味もいい感じ✧



2 2本目も順調にクリア★
グレープフルーツっぽい味♪ チアシードみたいな種も入ってた♥ 栄養価高そう



3 3本目は新幹線の車内で
撮影が終わって広島へ。小腹がすいたのでポンと開封。今度はベリー味。一番おいしかった✧



4 4本目は不思議な味だった
広島まであと少し…ってところで4本目。ショウガっぽくて身体が温まりそうな味♥



5 ひと晩休んで翌朝から再開！
お腹に溜まるから私は1日じゃ無理だった💧 5本目は野菜味。気持ち身体が軽くなってきた★



6 Finish!! ラストの1本はやさしいミルク味
なんか速攻で終わった　このあと1日は回復食としておかゆやスープメインで過ごしたよ

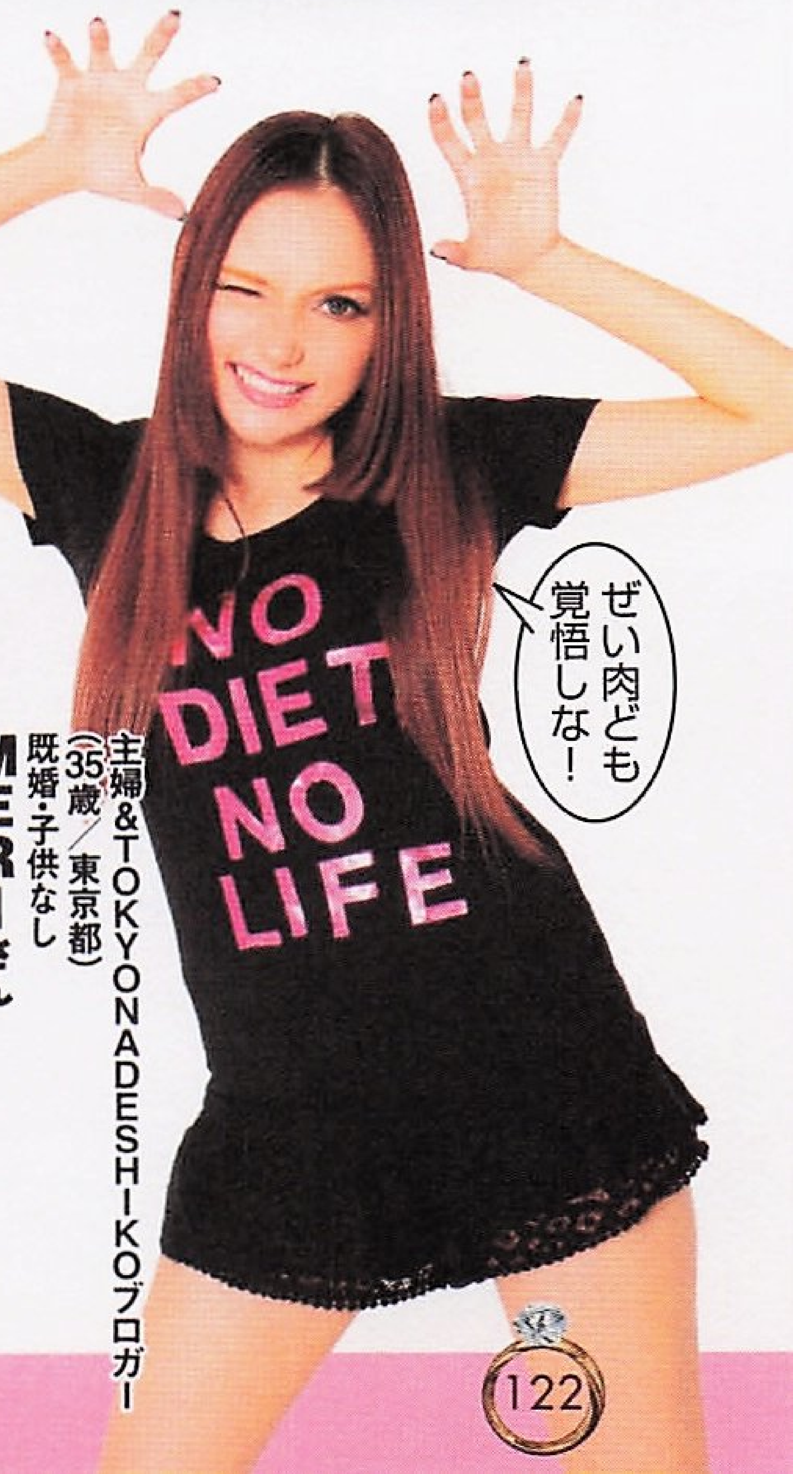
試合結果!!
1日で1kg減★ たるみが解消し胃腸も健康に！
老廃物が抜けたからかむくみ＆たるみがスッキリ。体が軽くなっただけじゃなく胃もたれまで治った。





1日たったのスプーン2杯で溜まった脂肪にドロップキック！

第2回戦 MERI VS NINTAMAダイエット



主婦＆TOKYONADESHIKOブロガー
(35歳／東京都)
既婚・子供なし
MERIさん

選手データ
入場テーマ：『We Will Rock You／Queen』、減量目標：あと1kg、得意なダイエット法：料理系と食事制限。人生最大の勝利は鍋ダイエット。1カ月で4〜5kgもヤセられた

What Is NINTAMAダイエットとは？

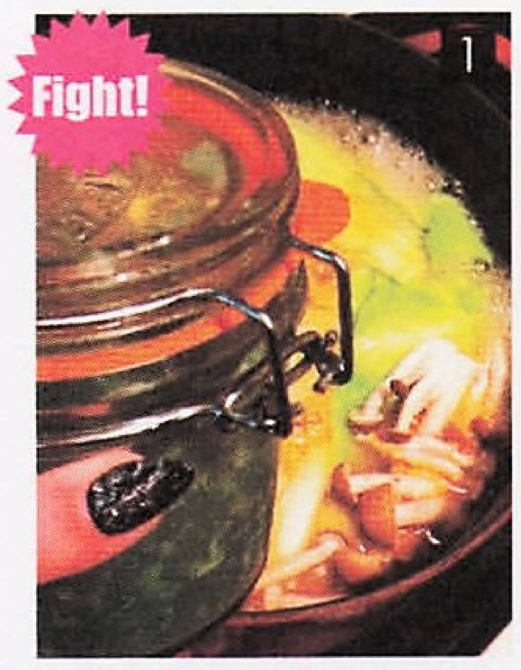


Great!!
ニンニクとタマネギがベースの「NINTAMAジャム」を使った減量法。便秘の改善や脂肪燃焼、デトックスといった3つの効果で「あとひと押し」の減量を成功に導くと話題沸騰✧

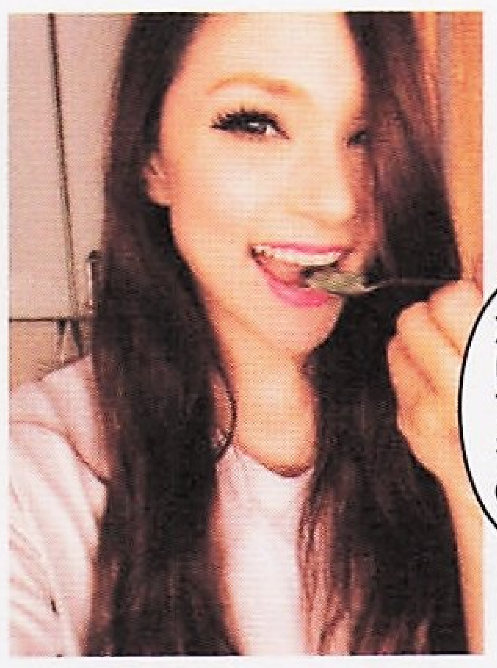
試合ルール♥
NINTAMAジャムを料理に足すだけ
下記のレシピで作ったNINTAMAジャムを料理に加えるだけ。合わせる食材は問わない　以上！

作り方
みじん切りにしたタマネギ250gとニンニク50gを50ccの水で煮込み、火が通ったらハチミツ大さじ2とレモン汁大さじ1を投入。保存は密封容器が◎。





Fight! 1
いつもの鍋料理にNINTAMAが忍び寄る
初日は鍋　スープにサラッと溶けて味がまろやかに♪ ただ和食とはあまり合わないかも💧

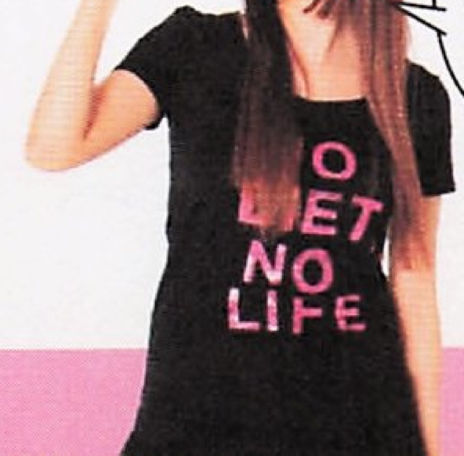


そのまま食べても結構イケる！
見本は黄色だったのになぜか緑色に仕上がった　はちみつが効いてて甘味のある味がGood！



Finish!!
進撃のNINTAMAで定番食をアップデート
基本1日1食だから、写真も1日1枚♪ NINTAMAをメインに献立を作るというよりは、サラダとか冷ややっこ的な定番の副菜のアレンジに使うことが多かったかな★ 割と何にでも行けたけど、一番ハマったのは写真右上のキムチNINTAMA✧ これがまたビールのつまみに合うんだわ　このビールをやめられたらもっとヤセられるんだろうけどね💧 食べた直後に体調がどうこうっていうような変化はあまり感じなかったかな

試合結果!!
今まで超えられなかった0.5kgの壁を打破できた✧
NINTAMA以外はいつも通りの生活だったのに、体重が落ちてびっくり！ あと0.5kg頑張りたい



＼7日間限定／

SNSで話題の尻トレで元レースクイーンが美尻の頂点に挑む!!

第3回戦

山﨑みどり VS 30days スクワット ダイエット

選手データ

入場テーマ：EDM系、減量目標：あと2kg、得意なダイエット技：1日1食トマトスープダイエット。体重って4kgを超えると戻らなくなるから、増えたらすぐ戻す習慣をつけてます。



時計デザイナー
(32歳／東京都)
独身･子供なし
山﨑みどりさん

試合ルール♥

初日は50回。1日5回ずつ増やす

足を肩幅程度に開き、太ももと床が平行になるように腰を落とす。3秒ほどキープしたら元に戻すよ。



What Is 30daysスクワットダイエットとは？



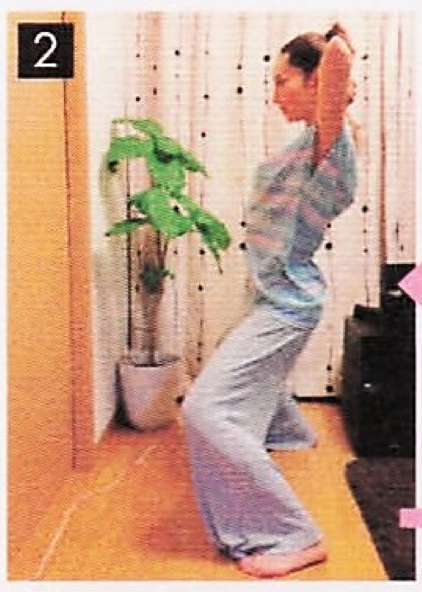
数日に1回の休みをはさみながらスクワットを毎日続け、30日かけてお尻を引き締める減量法★　携帯アプリでも大人気。今回は特別に1週間だけ実践！





撮影の終了後にスタジオで実践！

ノルマをこなせば休憩をはさんでもOK。それでもいきなり50回はキツかった💧



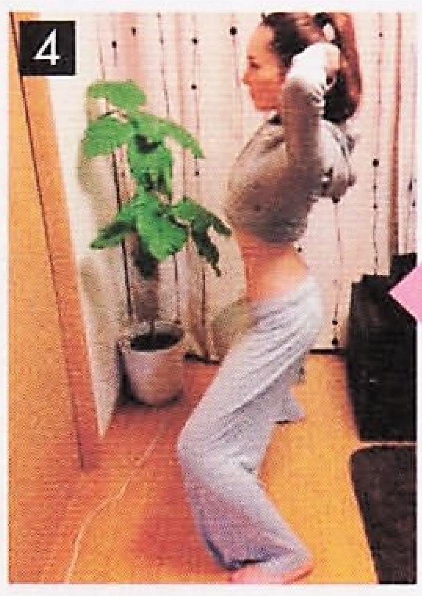
早速、筋肉痛に💧でも負けない！

朝晩に分けたり、休憩をはさんだりしながら、なんとか目標の55回をクリア！



日課にしちゃえば何気に続くかも★

筋肉痛は相変わらずだけど、スクワットには少し慣れてきた✧　今日は60回！



筋肉痛がやわらいできた！

今日は65回！　ツラかったお尻と太ももの筋肉痛がやわらいで、少し楽に♥



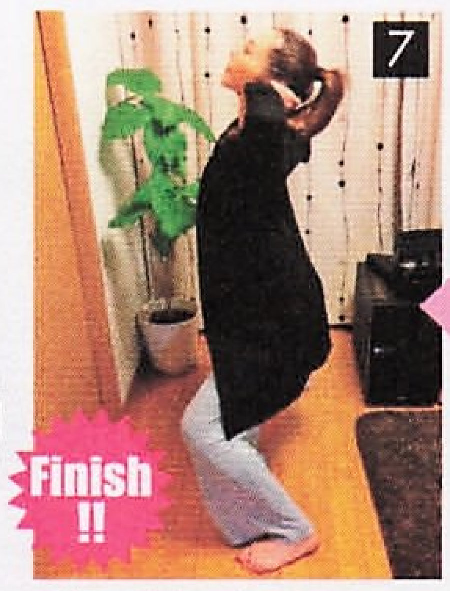
スクワットが板についたかも!?

始めた頃よりも1回でこなせる回数がだいぶ増えた★　これも立派な成果だよね



何回かに分けて地道にスクワット

今日は75回★　筋肉がついたのか、ウエスト～太ももが締まってきた気がする✧



ゴールに向けてラストスパート！

80回をクリアしたところで今回の挑戦は終了。自分で自分をほめてあげたい！



試合結果!!

体重に変化はないけど、ヒップラインにハリが出た！

筋肉がついたからか、お尻の位置が気持ち上がった✧　今日1日休んだらまた続けてみようかな





巷で話題のダイエットは本当にヤセるのか!?　日々脂肪と戦うお

ダイエットガチ

それでも「効果のあるものしか試したくない!!」という人のために噂の減量法

新しいヤセ方の探求は新しい自分への道しるべ✧

場外乱闘勃発!!　舞台はまさかの海外へ！

第4回戦

真優川 咲 VS 酵素ドリンクダイエット

選手データ

入場テーマ：『ダンザ・クドゥーロ（Non-Stop Mix Ver.）／24 Hour Party Project』、減量目標：あと5～7kg、得意なダイエット技：一番は半身浴。ほか食事制限やヨガもよくやるよ

ヨガインストラクター
(29歳／東京都)
独身･子供なし
真優川 咲さん



試合ルール♥

毎日1～2食を目安に置き換え

水やお茶、ジュースなど好きなドリンクで割って飲むだけ♥　簡単な分、忘れないようご注意を！



What Is 酵素ドリンクダイエットとは？

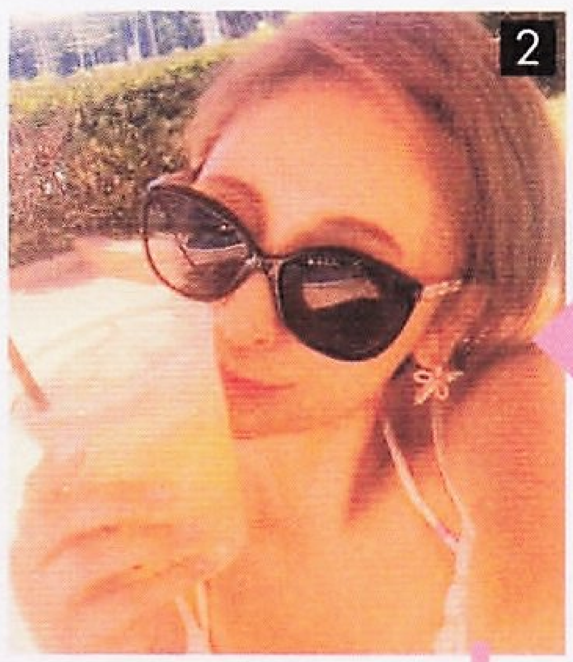


ドリンクを1日1～2食と置き換える減量法。食べ物だけでは摂りきれない野草・野菜・果物の成分が濃縮されているので代謝アップなどに効果的。今回は人気の「ジューシースリムボディ」をお試し★



アロハ♥　ハワイに来ちゃった

旅行の予定とかぶっちゃったので現地でバトル♪　旅行中って太りやすいから調整にもよさそう✧　到着後に早速ゴクゴク



どんなドリンクにも合う味♥

今日もジュースに入れて飲んでる★　今までに飲んだどの酵素よりもフルーティーだから、トロピカルなドリンクとも相性◎♪









旅先だけど毎日ちゃんと続いてる！(笑)

朝食代わりにしたり、ティータイムに飲んだりと意外と続いてる♥　おいしいからかな?　酵素の力のおかげか身体も軽いし、毎日遊びまくってても疲れにくい気がする✧



体調も肌の調子もなんだかいい感じ

旅行中ってどうしても肌が荒れるのに今回は全然平気！　レポートはここで終わるけど、残りの日程も飲み続けてみます✧

試合結果!!

毎日余裕でビキニが着られる身体を継続できてる♥

食べてる割には太ってない気がする♪　というか、逆にヤセたかも!?　帰国後の測定が楽しみです✧



前代未聞の飛び道具攻撃！みかんで脂肪を撃退なるか!?



第5回戦 大城あい VS 食前みかんダイエット

選手データ
入場テーマ：『キラキラ光れ／Hey! Say!JUMP』、減量目標：あと2kg、得意なダイエット技：とにかく寝る。最低8時間以上寝て起きるとヤセてるの♥　ご飯も1日2食で済む😊

試合ルール♥
食前にみかんを1コ食べるだけ
産地や品種はどこの物でも大丈夫★　基本は1日1〜2食だけど、それ以上実践してもOKです♪

What Is 食前みかんダイエットとは？

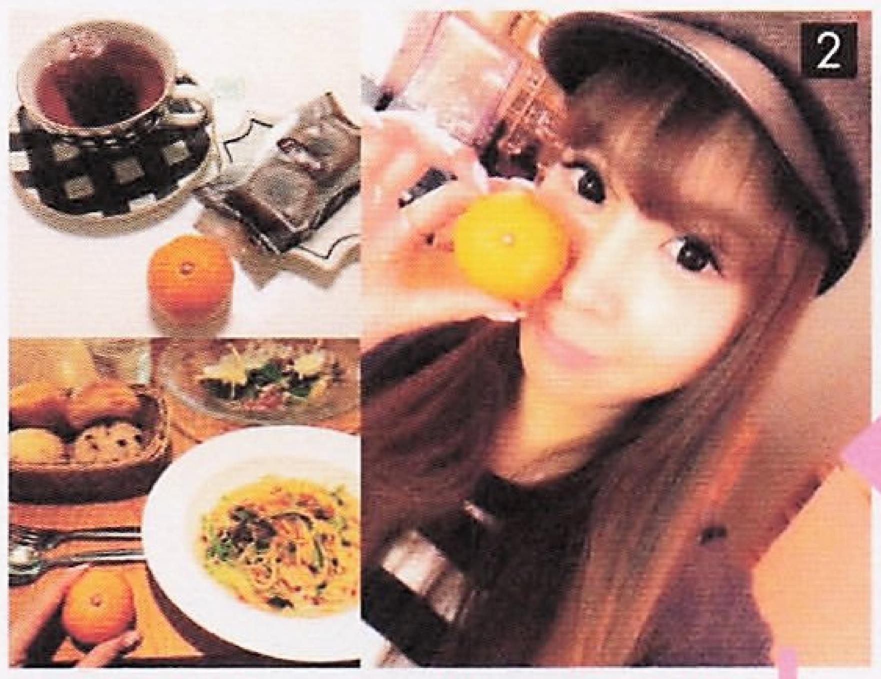


毎食前にみかんを食べて満腹感を出し、食事量を減らすという減量法。内皮に含まれるペクチンという成分がコレステロールの吸収を抑えるほか、脂肪を燃焼する作用もあるそう✧





朝・軽食前・夜にみかんを食べてみた★
元々みかん好きだから、試すのが楽しみ♥　とはいえ初日だからさすがに変化ナシ。みかんは甘くてジューシー✧



今日もみかんをバッグに入れておでかけ♪
朝ごはんと夜ご飯の前に♥　みかんを食べることで満腹感が出たかどうかは微妙だけど、ひとまずおいしい😊



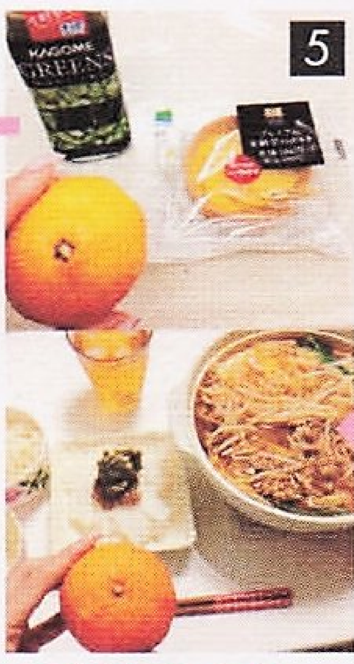
大城あいさん（28歳／東京都）既婚・子供なし　美容室経営&アクセサリーデザイナー



朝食前と夕食前に♥
撮影だったから朝食はパパッと食べられる物で♪　その分、夕食はお魚メインでしっかり食べたよ。お腹も気持ちも大満足✧



早くも体重に変化が出る！
今日も朝ごはんと夜ご飯の前に♪　始めてから便通がよくなり、体重が0.2kg落ちた✧



食欲はあまり変わらないかも
今日も朝と夜に😊　基本的に1日2食なんだよね😺　食事の量も普段とわりと一緒かも★



みかんを家に忘れた…💧
今まで1日2回でやってきたのにショック…💧　よって今日は朝食時だけ。明日は頑張ろう！



大好きな焼肉とみかんが夢のタッグ♥
お肉はタンパク質の塊で太りにくいから大好き★　夜はピザ♪　野菜多めでヘルシーさを意識したよ。

試合結果!!
延長戦に持ち込んだ結果0.5kg減量！
楽しかったから期限より3日多く実践😊　便通が良くなったほか満腹感も出やすくなった★



空気の中のエナジーが私の脂肪に火をつける!!

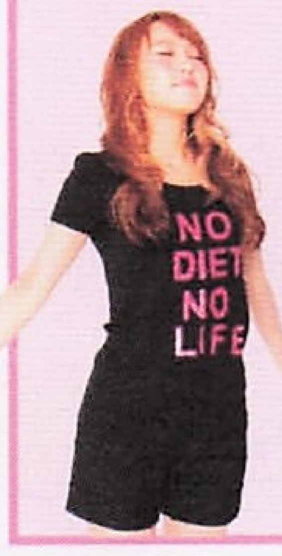
第7回戦 まなか VS 呼吸法ダイエット

選手データ
入場テーマ：『吉原ラメント／重音テト』、減量目標：あと3kg、得意なダイエット技：歩く、半身浴、食事時間の調整。夜中食べるのをやめればヤセるとわかってるけど…うーん💧

試合ルール♥
できるだけ多めに回数をこなすこと
決まりがあるわけじゃないので回数は自由。でも結果を出すためにも多めにやってもらいたい!!



What Is 呼吸法ダイエットとは？



正しく深い呼吸で酸素を取り入れることで代謝を上げ、脂肪を燃焼しやすい身体にする減量法★　姿勢や冷え症の改善によいほか、腹筋が鍛えられるのでお腹ヤセにもつながる😊



やり方
口をすぼませお腹がペタンコになるまで息を吐き、限界までキープ。鼻からゆっくり息を吸い、限界までお腹が膨らんだら再び限界までキープ。



まなかさん（29歳／大阪府）独身・子供なし　北新地バニラ勤務&アパレル会社経営



初日&2日めから早速効果を実感✧
ご飯の合間や美容室で実践★　なんとなくだけど身体が熱くなる感じがする。効きそう♥



仕事の合間にも深呼吸★
アパレルの打ち合わせの合間にもやってみた♥　酸素が巡って気分もスッキリ😊



キャバの仕事やアフターの合間にも
呼吸するだけだからどこでもできる✧　リフレッシュや酔い覚ましにも効果的♥



テレビを見ながらまったり腹式呼吸
座ってても身体が熱くなる。自然と背筋が伸びるからか肩こりが楽になってきた！



寝る前にもコツコツ実践♪
緊張がほぐれるから入眠儀式に最適。ぐっすり眠れるから疲れも取れる😊

試合結果!!
体重は同じだけど呼吸を意識したらお腹が少し凹んだ
呼吸が浅いから、改めて意識することで代謝が上がるのを実感。呼吸だけでも汗って出るんだね😊



影の実力者えのき参上 1・2・3で燃焼ダー！

第6回戦 古橋綾香 VS えのき鍋ダイエット

選手データ
入場テーマ：『どんなときも。／槇原敬之』、減量目標：あと2kg、得意なダイエット技：1食置き換え。妊娠前はストイックに脂肪と戦ってたけど最近は牙が抜けゆるく頑張り中♥

試合ルール♥
毎日1食えのき鍋を食べるだけ
えのきが入っていればほかの具材は何でもOK😊　まとめて作りおきでも、1日1食以上でも大歓迎★



What Is えのき鍋ダイエットとは？



えのきに含まれる内臓脂肪を燃やす「エノキタケリノール酸」や脂肪の蓄積を防ぐ「キノコキトサン」を利用した減量法♪　食物繊維も豊富なので、デトックス効果も抜群★



古橋綾香さん（32歳／東京都）既婚・息子1人　美歯科医療事務育休中



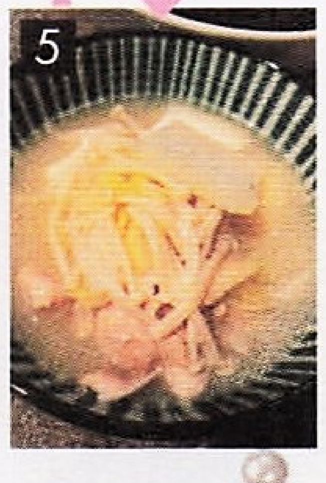
1 白味噌豆乳ニンニク鍋
ダイエットにいい豚肉と野菜もたっぷり入れてヘルシーに♥　身体も温まる〜😊

2 早速お通じに変化が起きる
お鍋は昨日と同じもの♥　繊維の力なのかお腹が急激に下った💧　大丈夫かな？

3 息子の好きなウインナー鍋
大好物と一緒にしたら喜んで食べてくれた♥　味つけは鍋キューブパイタン味✧



えのきと好相性の海老をみそ味で😊
ダシは濃いめだけど私のメイクは薄め♥　お腹が落ち着いたらえのきにハマってきた♪



たっぷりえのきと鶏肉の水炊き鍋
これまたビールが合うお味😊　おいしいからどんどん食べられるけど、これでヤセるのかな？



6 えのきもやし豆腐鍋♥
えのきたっぷりのスーパーヘルシー鍋。アレンジが効くから毎日でも飽きない✧

7 最後は鱈チリえのき鍋♥
ダイエット中だけど、ビールが進む(笑)！　変化は不明だけどおいしくって大満足♥

試合結果!!
お菓子もお酒も平常運転なのに0.8kgもヤセた！
美味しい&作り置きできて簡単なのに結果が出て感動♥　すごく快腸になって、お腹もペタンコに✧



番外編 鍋料理以外でもエノキにハマりました♥
ハンバーグのつけ合わせやラーメンの具にも活用♥　何にでも合う😊



究極奥義に美和子がトライ 脂肪はもう燃えている、のか!?

第9回戦
木村美和子 VS 指ヨガダイエット

選手データ
入場テーマ：ヒーリングミュージック、減量目標：あと3kg、得意なダイエット技：ホットヨガ。人生で一番ヤセたのはHGHのサプリ。宿便が出て3日で3kgもヤセられた😊

試合ルール♥
勝負は朝昼晩3回ずつ実施！
右下の「基本のやり方」を朝昼晩3回ずつやるだけ♥　それ以外は普段通りに過ごして構いません。

What Is 指ヨガダイエットとは？
指先だけで行うヨガでヤセる減量法♪　いつでもどこでもできるうえ、難しいポーズや呼吸法も不要。気が向いたときにやれるから、ズボラさんでも長続きしやすい✧





やり方
胸の前で左右の指の腹を合わせる。親指から1本ずつ指どうしを強く押しながら鼻で3回呼吸。最後に全部の指を押しながら呼吸したら完了★


ラ・ブージュデンタルクリニック院長（34歳／東京都）独身・子供なし
木村美和子先生



本当に効くのかちょっと心配💧
移動中や仕事の空き時間を利用して、ノルマ自体は達成！　実感はまだよくわかず…




2日目、3日目ではまだ特に大きな変化はナシ
写真の枚数は少ないけど、安心してください、やってますよ😊　両手を使うから自撮りできないんだよね💧




日々の地道な戦いの最中に暗雲が…
想定外の中耳炎を発症💧　戦い自体は毎日続けてみたんだけど、どうにも気合いが入らなくて…。無念!!



試合ルール♥
まさかの1kg増💧 リベンジに賭ける
敗因は体調の悪さ💧　指ヨガ自体はいいと思うから体調が回復したらリベンジマッチを挑みます！

鈴木の本気「鈴気」の真価がいま試される!!

第8回戦
鈴木愛美 VS おでんダイエット

選手データ
入場テーマ：『BLUE BIRD／浜崎あゆみ』、減量目標：あと4kg、得意なダイエットワザ：1日6食、ミニロングブレス、メディキュット、美容整体。どれもかなりヤセられる😊

試合ルール♥
コンビニでも外食でもOK
もちろん自炊も◎♪　具や品数、味つけ、薬味などもお好みで♥　まぁ楽しんでやってください✧

What Is おでんダイエットとは？
1日の1～2食を低カロリーなおでんに置き換えるだけの減量法★　お腹を満たしながら減量できるので、空腹に耐えられない人にオススメ♥








芸能プロダクション運営（29歳／東京都）バツイチ独身・息子2人
鈴木愛美さん

コンビニで調達してきた
具は大根、ちくわぶ、コンニャク、はんぺん♪　寒い日だったから身体に沁みた♥



仕事の合間にコンビニへ★
具は牛スジ、白滝、卵、さつま揚げ、つくね。白滝は絶対入れることにしたよ！



コンビニの味に慣れてきた
だし巻き卵、卵、白滝、さつま揚げ♪　卵好きだけどカロリー的にどうだろう…。



趣向を変えて居酒屋へ♥
会社の仲間と✧　ビールは飲んじゃったけど、低カロリーな具を選んだ…つもり😊💧



仕事の休憩中にコンビニおでん
カロリーが低い具を選べば間食に使えることに気づく♥　具の数は少し減らしてみた。



新発見のカレーおでん★
普通のおでんにカレーをかけるという変わり種。おでんの可能性を知る。



自炊でトマトおでん♥
フルーティーでおいしかった✧　お酒は…1杯なら大丈夫かなぁと😊💧

試合結果!!
マイペースに戦ったのに2kgも減ってた！
カロリーを考えて具を選んだことが勝因かも。アレンジが利くことも知ったので今後も続けます😊



実録 努力は必ず報われる!!
私、3カ月で20kgヤセてその体形を6年以上キープしてます！

応募シートを送ってくれた人の中から大幅減量の成功者を発見。ヤセた方法を直撃ドキュン★



ゲーム実況youtuber（24歳／東京都）独身・子供なし
るる氏さん

不健康なダイエットを経験し健康的な減量法に目覚めました✧
数字的には満足だけど、大幅な食事制限＆運動で肌荒れ＆生理が止まったりでボロボロに…💧　それ以降はバランスの良い食事を摂りながらひたすら運動。肌も身体も良好な状態を保ってます♥



今もやってるダイエット

グリーンスムージー
毎朝飲んでます。お気に入りはホウレン草、バナナ、パイナップルのスムージー。はちみつを入れても◎♥



スクワット
お金をかけずにヤセる方法No.1！　朝晩10回ずつだけど毎日やればヒップアップや下半身ヤセに効果的★



寝る前に甘い物!?禁断の戦いの行方は

第10回戦
RIRI VS 寝る前はちみつダイエット

選手データ
入場テーマ：『darling／西野カナ』、減量目標：あと3kg、得意なダイエット技：運動系。食事制限をせずに運動量を増やす。プールで歩くなどムリのない有酸素運動が好き✧

試合ルール♥
毎晩寝る前に必ずはちみつを摂る
理想は寝る3～4時間前に大さじ1杯分。はちみつの種類は特に制限ナシ★　アレンジもお好みで😊

What Is 寝る前はちみつダイエットとは？



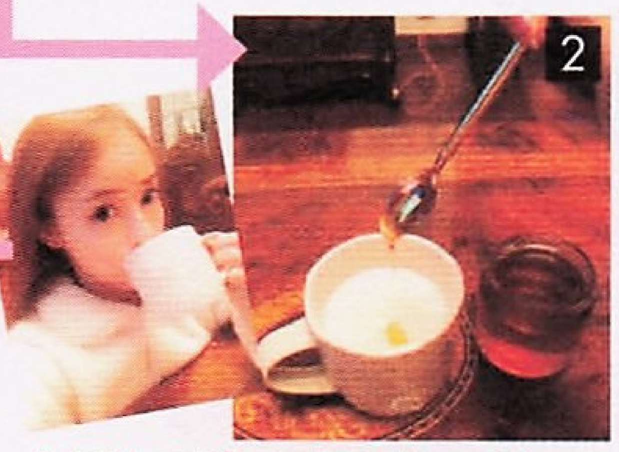
はちみつで質の良い睡眠を誘うことで脂肪の燃焼に必要な成長ホルモンの分泌を促進★　寝ている間に脂肪が燃えるほか美肌効果も狙えるらしい



豆乳＋はちみつで心もリラックス★
温めた豆乳にはちみつをスプーン1杯投入♥　おいしいから毎日続けられそう✧




ダンサー（27歳／東京都）独身・子供なし
RIRIさん

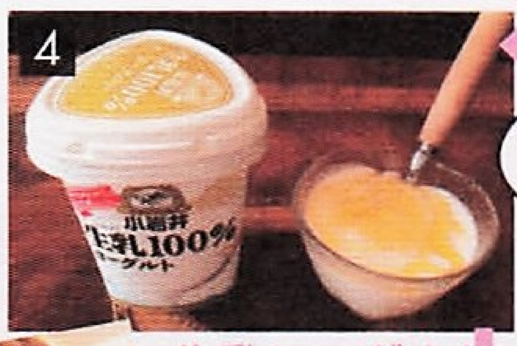


今日も豆乳＋はちみつ♥
2日目だからまだ肌にも体重にも変化ナシ　でも効果は期待できそう★



趣向を変えてヨーグルト♪
便通よし！　はちみつのおかげかな♥　今日はヨーグルトにかけたよ。予想通り美味😊

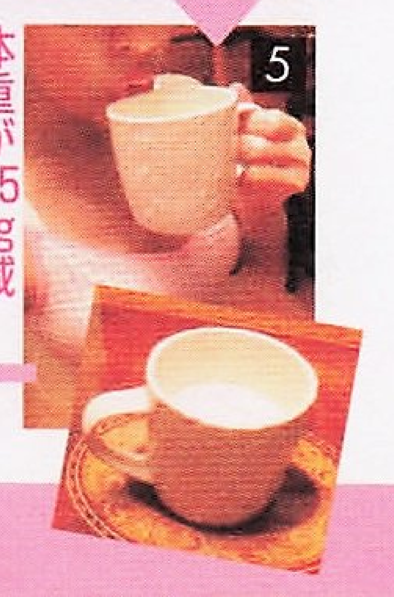




牛乳ヨーグルトに変えてみた✧
はちみつの効果なのか、最近よく眠れる♪　体重やお肌はまだ変化ナシ。体調はいい感じ😊



体重が0.5kg減むくみも減った！
温めた豆乳＋はちみつ★　便通だけじゃなく、肌の調子もよくなってきた！



寝起きでもむくまなくなった
今夜はいただきものの紅茶にIN♥　飲みやすくておいしいし身体も温まる✧　体重は昨日と変わりなし



ラストスパートでさらに0.5kg減!!
最終日も紅茶に入れた♪　安眠効果と便通改善のおかげか、また体重が減った😊

試合結果!!
体重が1kg減！むくみもなくなり外見が細くなった
一週間楽しく続けられた♥　体重も減ったけど、一番の変化は見た目がシュッとしたことかな😊



その4 1日脂肪取り®

打つだけで部分痩せできると話題に!!

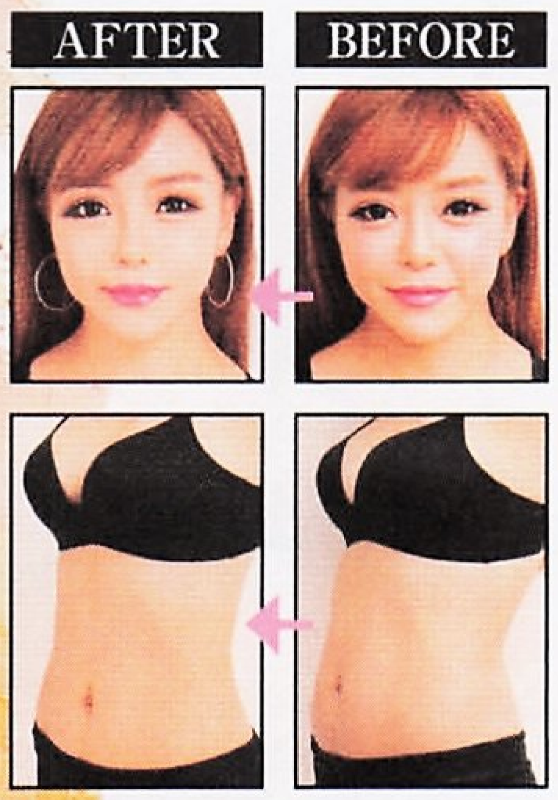
「運動は苦手💧 極力楽にヤセたい!!」という人たちに大人気だったのが1日脂肪取り®✧。「短期間で効果が出やすいうえダウンタイムも痛みもナシ★」とリピーターが続出☺



ダンサー
(34歳／東京都)
独身・息子1人
Angelさん

Angelは
肌見せの季節に備えて3月某日に施術★

ダンス衣装からはみ出るお肉が嫌で顔と腰回りに注射♥ 直後からパーツが締まって「ヤセた♥」と言われまくった☺



そして現在



施術前と同じ生活なのにヤセた状態をキープ中♪

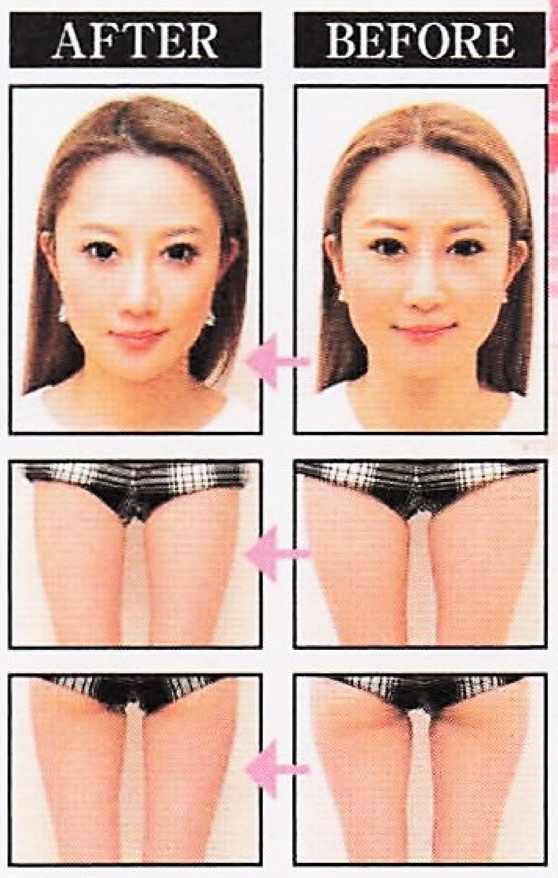
すぐ効果が出た分リバウンドを覚悟してたけど、現在も当時の小顔とウエストサイズは変わらず☺ こんなに持つなら他にも打ちたい★



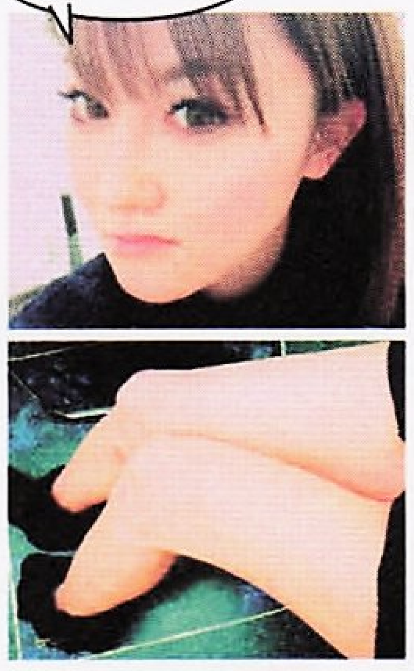
サロン・ド・8カラット経営
(34歳／東京都)
バツイチ独身・娘1人・息子2人
若林奈緒さん

奈緒は
蓄積した脂肪を無くすため1月某日に施術✧

飲み＆夜中の大食いでついた脂肪を落としたくて顔と太ももに注射。何をしても落ちなかったお肉が速攻でスッキリ！



そして現在



直後より1カ月後の方が顔も太ももも細くなった☺

セルライトや肉割れも目立たなくなり、夏場も堂々と露出を楽しんでました✧ 約1年経つ今でもピーク時のラインを維持できてます♥

2人が受けた施術はコレ♥

1日脂肪取り® 顔ヤセ

初回限定価格 ¥1,000
(1日脂肪取り® 顔ヤセ1部位／ホホ・アゴ下)

植物から抽出した成分を主とする薬剤を、輪郭のふくらみやアゴ下のふっくらお肉に注入する"フェイスライン引き締め・小顔"のための注射です！

施術をうけたのはココ♥

品川美容外科
全国共通 美容皮膚科 専用フリーダイヤル
※提携：品川スキンクリニック
0120-189-900

受付時間 10:00～22:00
ホームページ
http://www.shinagawa.com/
品川美容外科 検索

1日脂肪取り® スリム・プログラム

1cc 2,940円

・二の腕(両腕)なら40cc注入で117,600円
・腹部(上/下/腰)なら各30cc注入で88,200円
・お尻(上/下)なら各30cc注入で88,200円
・太もも両脚(内/外/前/後)なら各60cc注入で176,400円

※その他、各部位も行っております。お気軽にお問い合わせください。

1日脂肪取り注射®顔やせと同じ薬剤を体の気になる箇所に注入する"痩身・脂肪取りのための注射"。セルライト減少にも効果的です！

ブーム予想★

2016年に流行る痩身施術として注目度急上昇！

切らない脂肪吸引『エクセル』



狙った部分の脂肪やセルライトを除去して速攻でサイズダウン！

イギリスで開発されたダイオードレーザーを照射することで、日常生活で脂肪が使われ燃焼するのと同じ生体反応を誘発。部分的に行うから、気になるパーツのお肉を落としたいときに最適！ 痛みはもちろんナシ。治療後の赤味や腫れが出ないのも人気のポイント！



腹部全面のボリュームが減り、ショーツからハミ出す脂肪が激減！

料金はコチラ

あご下……………………¥28,000
二の腕……………………¥32,000
その他の部位…………¥38,000

紹介してくれたクリニック

わかばクリニック
東京都港区六本木7-15-10
クローバービル6F
☎03-5786-4011

受付時間 月～土10：00～20：00
※日曜は～18：00 定休日：祝日
ホームページ http://wakabamc.com
わかばクリニック 検索

流行ったけど！ みんなで試したけど！ その後結局どうなったの…？ と、気になるダイエットのその後をご報告★

2015 DIET EXHIBITION

姉モデルたちの間で流行った減量法が効いたかどうかを追跡調査♪ 2016年の注目株も一緒に紹介するので参考にしてね♥

その1 ココナッツオイルダイエット



脂肪を燃やす油として世界で話題に

ミランダ・カーが愛用したことで世界が大注目！ 飲み物や料理などに使うと脂肪が燃焼されるほか、マッサージ用としても流行。美容成分で肌もキレイになると評判でした✧



専属モデル
(32歳／東京都)
独身・息子1人
早川沙世

食べても太らないから料理に活用♪

太らないだけじゃなく脂肪を燃やす働きがあるところも便利★ 筋トレと組み合わせたら、心なしかヤセやすくなった✧

植物由来だからマタママでも安心

毎朝はちみつと一緒にホットミルクに入れて飲んでた♥ お通じがスルッと出やすくなるから、妊娠中も太り過ぎない☺♪



ライター＆TOKYO NADESHIKOブロガー
(36歳／東京都)
既婚・妊娠9カ月
水野祐香さん

その2 チアシードダイエット

大注目のスーパーフードが日本上陸

南米産シソ科の植物「チア」の種を用いたダイエット法。水分に浸すと膨らむので、食事量を減らしたいときなどにピッタリ★ 栄養がバッチリ摂れる減量法として海外セレブの間でも大人気✧





レーサー休業中
(29歳／東京都)
既婚・妊娠9カ月
神子島みかさん

食べつわり対策に活用してたよ★

私はアセロラジュースに投入✧ 腹持ちがいいから、おやつナシでも余裕で過ごせた☺ 過剰な妊娠太りも予防できたよ♪

少食になって太らなくなった♥

Fincのチアシード×プロテインのスムージーにハマって家でも飲むように。お腹が膨れる＆お通じがよくなってヤセ体質に✧



Vivianカラコンアドバイザー
(32歳／東京都)
独身・子供なし
美咲さん

その3 整体やコルギによる小顔矯正



骨格を整えることでむくみやたるみの元を改善

小顔を目指すお姉さんたちの間で大流行！ 骨格の歪みを整えたり溜まった老廃物を押し流すことで、一発で効果を実感したという声も多数✧ 輪郭が引き締まるだけでなく、目の開きが良くなるのも大きなメリット♥

芸能プロダクション経営
(25歳／埼玉県)
既婚・子供なし
菜摘 梓さん



輪郭も目の大きさも全然変わる！

埼玉のRakura霞が関店で小顔矯正を受けてる★ 最初は涙が出るほど痛いけど、変化がうれしくて1～2週に1度通ってる♥ 値段は1回6,000円だよ☺

姉ageha お姉さんアゲハ

応募方法

必ず指定の場所に写真を貼り、必須事項を書いて切り取り、封筒に入れて編集部まで送って下さい。（コピー、折り曲げ可）

〒156-0042 東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
medias株式会社
お姉さんアゲハ編集部「読者モデル応募係」

編集部での審査の後、合格者のみご連絡を差し上げます。

24歳以上限定です★（上は年齢制限なし）

読者モデル大募集中♥

全身のPHOTO プリクラ不可	顔のPHOTO プリクラ不可

ここ3ヵ月以内のはっきり写っている写真でお願いします

名前＿＿＿＿＿＿＿＿（　　歳）　電話番号＿＿＿＿＿＿＿＿

住所＿＿＿＿＿＿＿＿　職業（職種を詳しく）＿＿＿＿＿＿＿＿

生年月日　　年　　月　　日　メールアドレス＿＿＿＿＿＿＿＿　趣味・特技＿＿＿＿＿＿＿＿

整形モニター　ＯＫ・ＮＧ　メスを使う施術　ＯＫ・ＮＧ　注射などのプチ整形　ＯＫ・ＮＧ

自己PR

までも 女を忘れたくないお姉さんへ!!
アラサー流のオシャレを紹介❤

プチプラ着回し塾

TOKYO NADESHIKOとは?



「メス力を高めて、見た目も内面もワンランク上の女に!」をテーマにした、ハデ女系ブロガーユニット❤
人気のBLOGも要チェック



甘めカラーのハイライト効果で顔色も印象もパッと華やぐ♥

ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー
(36歳/東京都)既婚・妊娠9カ月
水野祐香さん

START
レイヤードワンピを
着回し!

レイヤード風ワンピース¥3,046、チェスターコート¥3,694/ともにKOBE LETTUCE　ラピスのネックレス、エスペランサのニーハイブーツ/ともにモデル私物

チェックストール
を着回し!



上ゆる下すっきりのバランスで大きなお腹でも着太りなし♪

濃い色のデニムは引き締め効果もあり。
ストール/着回し　テーパードパンツ¥2,490、デニムシャツ¥2,305/ともにKOBE LETTUCE　KOBE LETTUCEのフラットシューズ/モデル私物



大判ストールで目線を上げればフラットシューズでもスタイルアップ

↑レイヤード風ワンピース/着回し　KOBE LETTUCEのストール&フラットシューズ、パリス・キッズのピアス、スターリーのiPhoneケース、タイツ/すべてモデル私物

キャメルパンツを
着回し!



ゆるっとカジュアルなコーデも黒×ベージュなら大人っぽい

テーパードパンツ/着回し　コーディガン¥3,694/KOBE LETTUCE　KOBE LETTUCEのニットトップス&フラットシューズ、パリス・キッズのピアス、グランドエッジのダテめがね/すべてモデル私物

GOAL
黒ニットトップスを
着回し!



クールになりがちなALL黒でもリボンスニーカーで可愛さキープ

ニットトップス/着回し　ファークラッチバッグ¥1,842/KOBE LETTUCE　GUのニット帽、パリス・キッズのピアス、KOBE LETTUCEのパンツ&スニーカー/すべてモデル私物

第4回
PICK UP BRAND
KOBE LETTUCE
神戸レタス

結婚しても！子供がいても!! いつ
TOKYO NADESHIKOが

お姉さんの

TOKYO NADESHIKOがお送りする、ただいま人気急上昇のプチプラ着回し連載✧
今回はKOBE LETTUCEのアイテムを使って着回しリレーを披露します！
2人の着こなしテクを盗んで、安く賢く冬のオシャレを楽しんでください♥

PHOTO_Nobuyuki Sasaki　HAIR_Yuko Nozaki[MERI],Anri Mitsuishi[YU-KA]
EDIT&TEXT_Setsuko Chigira



カジュアルなデニムonデニムも"メスカ"高めがルール✧

デニムシャツ¥2,305、ライダース¥3,694、デニムスカート¥2,305、バッグ¥1,842、ブーティー¥2,490／すべてKOBE LETTUCE　ルピスのピアス、KOBE LETTUCEのサングラス、タイツ／すべてモデル私物

主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー MERIさん（35歳／東京都）既婚・子供なし

START
デニムシャツを着回し！



カジュアル小物も赤を選べばほどよくレディな印象に♪

ボーダーカットソー／着回し　デニムパンツ¥1,833、バッグ¥1,842、パンプス¥2,203／すべてKOBE LETTUCE　KOBE LETTUCEのコート、GUのニット帽／ともにモデル私物

ボーダートップスを着回し！



インパクトのある小物使いでシンプルなのにこなれて見える

GOAL
デニムスキニーを着回し！

デニムパンツ／着回し　タートルニットトップス¥2,768、バッグ¥1,935／ともにKOBE LETTUCE　グローバルワークのハット、ルピスのピアス、KOBE LETTUCEのブーツ／すべてモデル私物



色使いはボーイッシュでもスカート×ヒールで女らしく♥

デニムシャツ／着回し　フレアスカート¥1,842、ブーツ¥3,222／ともにKOBE LETTUCE　KOBE LETTUCEのブルゾン&バッグ、ルピスのピアス、タイツ／すべてモデル私物

カーキスカートを着回し！



シンプルコートに柄トップスの着こなしテクはマネしたい！

フレアスカート／着回し　ボーダーカットソー¥1,564、コーディガン¥3,694、ブーツ¥3,222／すべてKOBE LETTUCE　KOBE LETTUCEのTシャツ、100均のダテめがね、タイツ／すべてモデル私物

NADESHIKO 相談室♥

BLOGに寄せられたファッションに関する読者のお悩みを解決！
まだまだ募集しているので2人に相談してね

Q 似合うと思っていた服が、次のシーズンには似合わなくなっていました。試着をしまくる以外で、自分に合ったスタイルを見つける秘訣が知りたいです！（琥珀さん・39歳）

▼

A まわりに自分のイメージを聞いて同じ系統の人をプチプラでマネする

祐香「自分でわからないなら、まわりの人に自分のイメージを聞いてみるのがいいかも そのイメージをもとに雑誌を1冊買って、かわいいなと思った服をプチプラでどんどんマネする♥」 **MERI**「まずは、自分がクール系なのかガーリー系なのか見極めるべし!!　なりたいではなく、似合うかが大切♥　あとは、同じ系統のモデルさんなどのスタイルを徹底的にマネすること。そしたら、だんだんアレンジが加わり、自分のスタイルとして確立してくはず」

ネイルも食器もお洋服も、自分で何でもプロデュース

増えてます!!

イマドキ流行りのセルフ女子

最近、サロンやお店に行かないで、なんでも自分で作ってしまうセルフ女子が急増中! 好きなときにできるし節約にもなる、お姉さんたちのセルフ作品集をお披露目します★

PHOTO_Yamabe Emiko HAIR_Masahiro Niitsu、Mayumi Yamada (Charme) EDIT&TEXT_Yuriko Isayama

1 「セルフ調香」で自分だけの香りをまとう♥

同じようでいて日々変化する心や気分に合わせて、香水も調合するのが、さき流♥

ブレンドの方法は、お気に入りの香水をアトマイザーに移すだけ😊 香水を斜めにしてプッシュすると移しやすい。





ヨガインストラクター(29歳/東京都) 独身・子供なし
真優川 咲さん

クロエとレペットのオードトワレ、ディオールのヒプノティック プワゾン、キャンメイクのメイクミーハッピー ホワイトブーケを1:1:1:1でブレンドしたよ✧

2 「セルフ脱毛」でNO MORE ムダ毛!!



RIRIさん

ケノンの脱毛器を使ってるよ♪ 新しく生えたうぶ毛のような薄い毛もなくなった😊 美顔モードもあって肌のハリアップ&透明感も出るよ♥

サロンでケアもしているけど、それでも生えてくる毛は自分で丁寧にケアしてるよ♥

3 「セルフアロマ」で香りに癒されています♥

自分にしかわからないくらい優しく香るアロマが好き。ジャスミンやラベンダーがお気に入り。



主婦(25歳/東京都) 既婚・娘2人
川端さきさん

自分だけに香るくらいの微量なアロマを香水替わりにつけてるよ♥ 手首に数滴ずつ出してブレンドしてから首元に少しつけるよ。

4 「セルフエステ」でホームケア♥

高いエステに何回も通うより、高機能マシーンで自宅ケア♥ 空いた時間を賢く活用!







正看護師(35歳/愛知県) 既婚・娘2人・息子1人
土屋きよかさん

湘南美容外科のドクターが開発したギャラクシーローラーで毎日ホームエステ😊 LEDとEMS機能がついていて、むくみもとれて肌のハリ感もアップするよ♥

5「セルフネイル」をはじめて以来、忙しいときも爪先まで美人♥

時間がなくてサロンになかなか行けないときもセルフネイルできたら完ペキ♥



ダンサー（27歳／東京都）
独身・子供なし
RIRIさん

RIRIさんが使っているのはコレ



ジェルネイルキットはグリムズ&グレンカを愛用♥　すぐ乾くし軽やかな塗り心地が◎。USB対応のLEDライトは10、20、30秒の三段階タイマー付きで便利✧

キャンディリボンジェルネイル♥

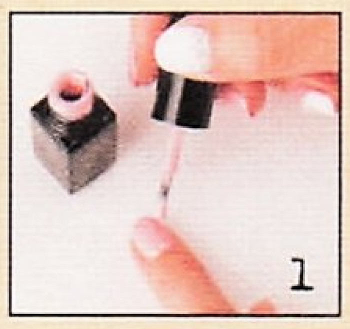
RIRI作



白と淡いピンクにパールやリボンモチーフをあしらったラブリーなネイル♥　お洋服のチェック柄とリンクさせたのがポイント♪

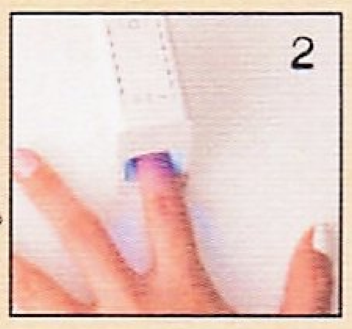
HOW TO NAIL

1 淡いピンクを薄く全体に塗る



ピンクを全面に塗っていく。ハケは爪に置く前に余分な液を払って薄く塗るのがコツ。

2 LEDライトにあてて固める



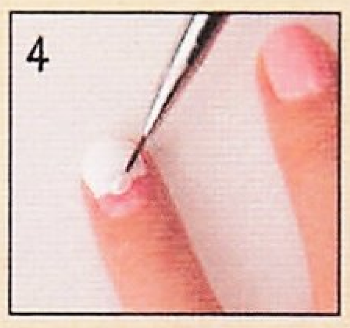
塗ったら30秒くらいライトに当てて固めるよ。色が薄ければ2度塗りしてね♪

3 白いネイルを薬指に塗る



薬指の爪先2/3の部分に白をON。小指は全面に塗る。1本ずつ塗ったら固めるを繰り返す。

4 爪先2/3のところにパールをオン



ノリ替わりに白をちょこんと塗って、薬指にピンセットでパールをのせてライトで固める。

5 リボンをのせてできあがり♥



中指のピンクのネイルに、白でチェックを描く。仕上げにリボンをのせたら完成～✧



まつ毛専門店グランデアイズ代表（34歳／愛知県）
独身・子供なし
伊吹奈々さん

スワロフスキージェルネイル♥

奈々作



ベースを塗ったら三日月型にパールホワイトをON。境目にラメを塗ってスワロとストーン、グリッターをのせて雪の結晶をイメージ♥

使ったのはコレ



筆はすべてバイオのもので揃えてる。カラーはO.P.I、ラメはグレースのを使ったよ✧

メタリックネイル♥

けいこ作



いつもネイルのテーマはシンプル！　毎回どこかにポイントを置いてるよ。今回は左手の薬指だけ派手にして結婚指輪の替わりみたいなイメージで盛ったよ♥

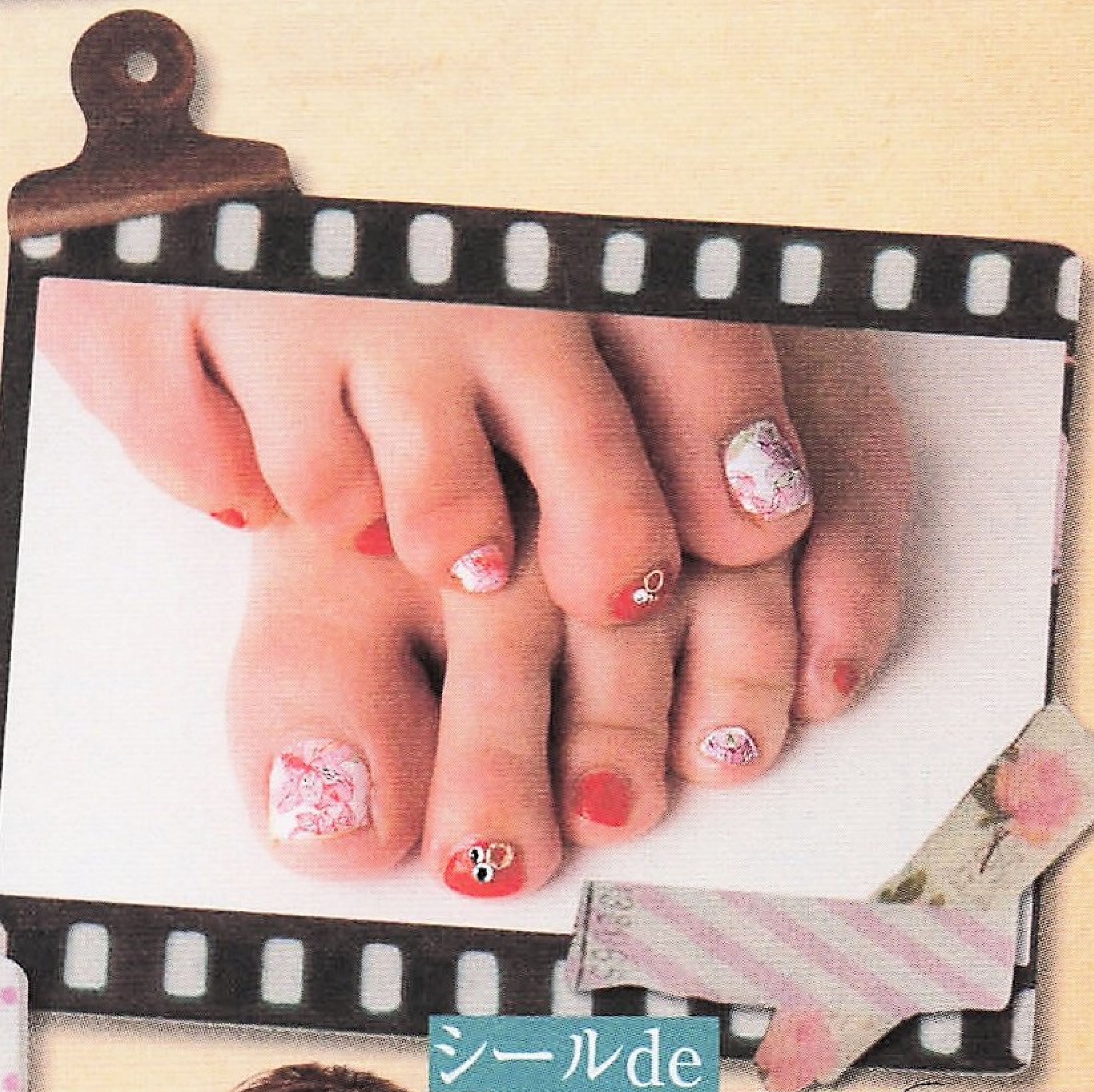
使ったのはコレ



O.P.Iのシルバー×ダイソーで買ったマット仕上げのエスポールのトップコートを使ったよ♥



専属モデル（31歳／滋賀県）
既婚・娘2人・息子1人
けいこ



シールdeデコネイル♥

愛美作

ネイルシールやデザインストーンを使えば手間をかけずにサロン風に♪　塗るだでジェルっぽく仕上がるマニキュアも使い勝手◎♥



芸能プロダクション運営（28歳／東京都）
バツイチ独身・息子2人
鈴木愛美さん

使ったのはコレ



シールもストーンもマニキュアもドラックストアでゲットしたプチプラアイテム♪



接着剤でくっつけただけのものもあるし、ペンチで曲げたり切ったりして作ったものも♪　最近のお気には大きめのやつ♥

BATIS勤務（27歳／広島県）独身・子供なし
矢野ユウキさん

7 自分で作ったアクセでオシャレが楽しい♪



買ったらひとつ1,000円くらいするけど、専門店でパーツを買えば半額以下でおトク

6 リメイク服&バッグで世界でひとつのオリジナル♪



欲しいものがないときはリメイクして作っちゃう‼　節約にもなるしイメージが形になるのが楽しい♥



デニムはポケットの上のクラッシュを自分でつけて、バッグはストーンをつけたよ♪

8 友達にも喜ばれるポーセラーツに夢中♥

武蔵小杉のmare っていうポーセラーツ教室に通っているうちに、ひとりで作れるように♥

イニシャルを入れてお友達に贈ると喜んでもらえるよ♪　磁器に転写紙を貼りつけて焼くだけでオシャレな食器が作れる✧



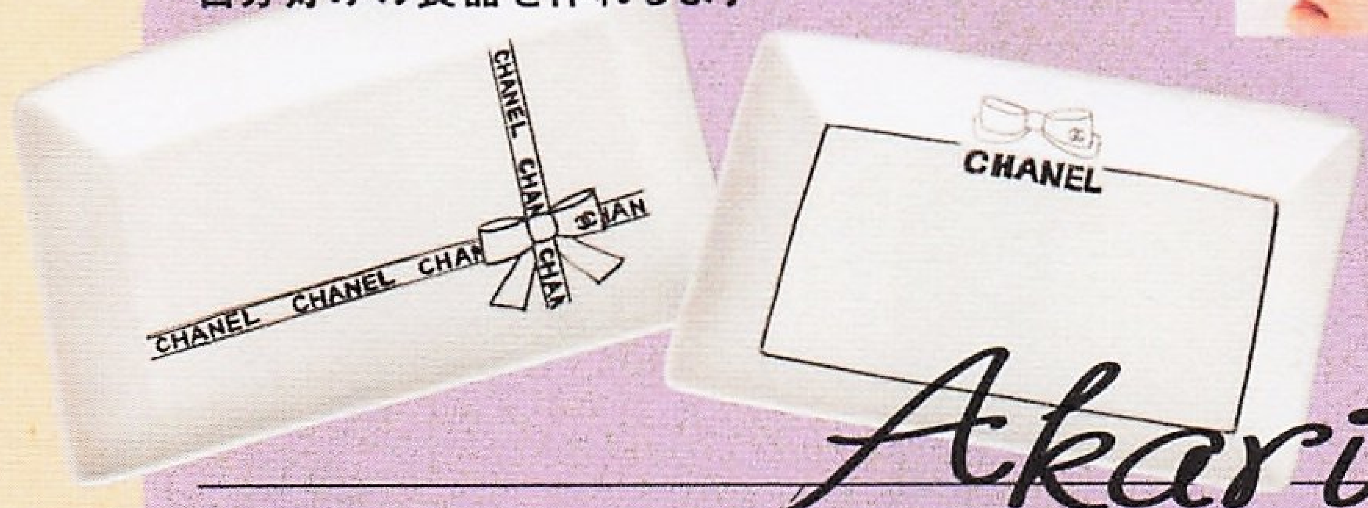


サロン・ド・8carat経営（34歳／東京都）バツイチ独身・娘1人・息子2人
若林奈緒さん

9 オーブンで焼くだけ♪ らくやきマーカーでセルフ絵つけ♪

らくやきマーカーを使ってお絵描きするだけで自分好みの食器を作れるよ♪





100均とかで買った白いお皿やコップに好きな絵を描いてオーブンで1分焼くだけでできあがり！　遊び感覚で子供と一緒に作ってます♥

Akari

10 炊飯器で作る甘酒で体ポカポカ&美肌に♥



①お米を柔らかめに炊いたら80℃くらいまで混ぜて冷ます。②米麹を入れて混ぜる。③炊飯器の保温モードで5～10時間くらい保温してとろみが出て甘くなったら完成。フードプロセッサーで滑らかにして冷凍保存しておくと便利♪　いつも寝る前に仕込んでる♪



主婦（25歳／東京都）バツイチ独身・娘1人
鈴木明理さん

美肌にも効果抜群の甘酒は毎日飲みたいもの♥けど意外と高いから自分で作っちゃいます

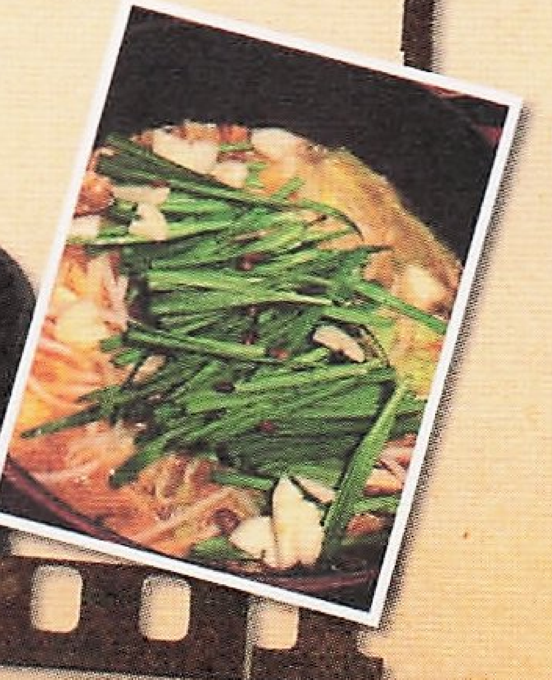
11 寒い冬はセルフモツ鍋でおうちで鍋パ♪

冬はモツ鍋食べたくなる♥　生モツを買って下処理したら２人前で300円もかかからない♪



主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし
MERIさん

裏技は薄力粉を使うこと♪　ビニール袋にホルモンが隠れるくらいの薄力粉を入れて、1分くらい揉み込む。薄力粉が臭みの原因になる余分な脂を吸収してくれるよ✧　そのあと水洗いして水切りしたら、お鍋にそのまま投入～♪



12 陶芸にハマってる♪ 自分で作ったおちょこで頂く日本酒は絶品‼

雑貨屋にある陶器を見るのが好きで、自分で作ってみたくなって陶芸教室に通うように♪



おちょこはキレイな青が出たからお気に入りの作品♥　焼き加減でいろんな色に変化するのも陶芸の魅力♪





加賀美早紀
専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし

上から下までセルフアイテム

セルフの達人

加賀美早紀のセルフ女子生活をのぞき見♡

昔からなんでも自分で作るタイプ　エスペランサさんと立ち上げた靴ブランド「cenerentola」もリメイク好きが高じて始めたんだ♥　セルフって、成功したらまるでインポートものみたいな1点物ができるから楽しいの



くるくる髪をねじって、はさみを横にして1㎜くらいずつ上からつまむように切るとレイヤーに♥



セルフ生活その1

髪の毛はちょっと伸びたら自分でレイヤー入れて切るよ

美容院に行くまでじゃないけど、ちょっと伸びたなーって思ったら自分でカット♪



セルフ生活その2

服も小物もリメイクで欲しいものを作る

欲しい物ってなかなか見つからないから積極的にリメイク♥　自分らしさを出せるからいいよね♪



バッグ

シャネルのバッグは何年も使ってて内布が傷んできたから花柄の布で遊び心をプラス

パンプス

「cenerentola」でも販売してるパンプス。ストーンの配色にすごくこだわって作ったよ♪



ネックレス

自分で作ったパールのネックレス♥　パールの粒とか長さとか、ドンピシャなのが完成♪

ジャケット

普通の黒JKを買ってボタンだけ付け替えたよ♪　パールで華やかさとレトロ感アップ。

チェーン

デニムに合うパールのチェーンが欲しくて作っちゃった♪　4連になってるのがポイント。

セルフ生活その3

ネイルもペディキュアは年中セルフ♥

手はサロンでやるけど足は節約のためにセルフ派♥　頻繁にデザインを変えて楽しめて◎♪



指がキレイに見えるスクエアカット。両際だけ少し塗らないようにするとツメが縦長で綺麗な形に見える♥

そして母になる

世界の中心は渋谷で美意識の基準がガングロだった時代、ポスカがハイライトでマッキーがアイライナーだった…そんなセンター街な青春を送った祐香とみかもついに母! くしくも共に妊娠9カ月、女としての大仕事を目前に控えた現在の心境をマタニティフォトと一緒にお届けします♥

PHOTO_Nobuyuki Sasaki **HAIR**_Anri Mitsuishi **STYLING**_Kaori Nara **DIRECTION**_Tomomi Okudaira **EDIT&TEXT**_Midori Sasaki

安定期に入ったとたんにお腹が一気に大きくなった✧

うちは交際歴5年、結婚歴6年で、2人だけで過ごしてきた時間がすごく長い夫婦。結婚も、妊娠も、周りの友達には追い越されてばっかり(笑)。だけど、何年も前から旦那さんと私の間では、「子供が欲しいね♥」みたいな話はしてたんだ。ただ、そのときは、子宮内膜症を患っていたこともあったし、仕事も充実していて楽しかったから、もう少しこのままでいたい気持ちもあった。

それから少しずつ私のなかで、子供が欲しいなっていう気持ちは高まっていって、「そろそろ本気で考えよう!」っていう旦那さんの言葉もあって、本格的な子作りがスタートしたの♥

子供は授かりものっていうけど本当にそうだね。私たち夫婦も、何度も期待とガッカリを繰り返してやっと授かることができたから。のんびりしているうちに、年齢的には高齢出産と言われる歳になっちゃったけど、長く助走したぶん、生まれてくる赤ちゃんは、たくさんの愛情で包んであげたいなって思ってる♥

妊娠がわかったときはすっごくうれしくて、すぐにでもみんなに報告したい気持ちでいっぱいだった。でも、そもそもマタニティライフの初期は不安定だし、その上年齢が年齢だったから何があってもおかしくない。喜びが大きかったから、何かあったときの落ち込みが怖くて…。結局、安定期の5カ月に入るまで、旦那さんと家族の他は、MERIと親友4人にしか妊娠のことは言わなかったんだ。

〝妊娠、出産〟についても、ネットで調べないようにしてた。雑誌を読んでいて、高齢出産に関する記事があったら、パッと閉じて見ないようにしたり。見ればそこには絶対、〝高齢出産のリスク〟が載ってる。リスクがあるってことはわかっているんだけど、数字でリアルなデータを見ちゃったら、きっと不安でたまらなくなる。それがストレスになると思ったの。

無事に安定期に入ることができて、やっと周りに報告ができたときはすごくホッとしたな♥ 安心したせいか、その頃からどんどんお腹が出てきて自分でもびっくり(笑)。毎朝、起きて歯をみがいて、お腹にオイルやクリームを塗りながらベビーちゃんに夫婦で話しかける。それが毎朝の日課になった♥

そんな穏やかな日々が、出産直前まで続くんだと思っていたけど、近頃ちょっとお腹が張りやすくて…。健診で、「里帰り出産をするならそろそろ帰りなさい」って言われちゃったんだ💧 そんなわけで、少し早いけど実家に帰ってのんびり過ごすことになったの🐱

旦那さんと愛猫ぴーさん離れたくなくて泣いちゃった

ほんとは出産ギリギリまで自宅で過ごしたかった。友達には、「楽だしいいじゃん。甘えて過ごしなよ!」って言われるけど、私にとって旦那さんや愛猫のぴーさんのいない生活は実に11年ぶり! 里帰りする前の晩は、旦那さんの寝顔や甘えてくるぴーさんを見てメソメソ泣いちゃった💧 でもお腹のベビーちゃんのためにも、ママになるためにも強くならなきゃね♥

「正産期に入る37週まで、お腹の中でベビーちゃんを大切に育てるんだ♥」

いまは、そんな気持ちでいっぱいで、産んだ後のことはまだ考えられない。1日1日が何事もなく過ぎていくことが、こんなにうれしいなんて思わなかった。

ちゃんとママになれるのかな? 母性っていつからあふれてくるのかな? 不安な気持ちもあるけど、ひとつの生命を授かったこの身体を愛おしいって感じる。「私も頑張るから、一緒に頑張ろうね」って、声に出して赤ちゃんに話しかけてる♥



気づけば36歳の高齢出産。なかなか授からなかったぶん、たくさんの愛情で包んであげたい♥

出産と育児の疑問に先輩ママがアドバイス♥ 祐香編
母性と仕事復帰について

Q 保育園と親以外に子供を預ける場合、みんなはどうしてるの?

A 私は近くに身内がいないから、区のファミリーサポートを利用したり、急用のときは一時保育に預けてる♥
立石なみさん(29歳)

A 数時間家を空けたいときはシッターさん。シッターの派遣会社は、1社だけじゃなく、何社か利用登録をしておくと便利だよ♪
若林奈緒さん(33歳)

Q 母性があふれだすっていうけど、いつからあふれだすの?

A 産まれてすぐにあふれだす人もいれば、少し時間がかかる人もいて本当に人それぞれ。でも、子供と過ごす日々がだんだん「母」にならせてくれるし、愛情も日々増していきますよ♥
けいこ(31歳)

A 赤ちゃんを初めて自分の腕に抱いた瞬間と母乳をあげるようになってから。「この子は私の母乳がなければ生きていけないんだ」って感じたら、たまらなく愛しさがこみあげてきた✧
Angelさん(34歳)

Q 出産後はなるべく早く仕事に復帰したいんだけど、実際のところは、どうなのかな?

A ばぁばもいるから赤ちゃんを預けやすかったっていうのもあるけど、産後2カ月目から復帰して、何事もなく撮影してたよ😊 個人差もあるだろうから無理はしない程度にだね♥
早川沙世(32歳)

A 3カ月くらいまでは夜中の授乳もあるし、馴れない育児と寝不足で仕事どころじゃなくなるかも💧 3カ月が過ぎた頃から首も座ってくるし、母乳かミルクかも決まってくるから、復帰の見通しを立てられるのはその頃かも。2人目からはもうちょっと余裕が持てます😊
けいこ(31歳)

出産
カウントダウン
インタビュー!!

お母さんの気持ち、今ならわかる

娘から妻へ…

現在妊娠9カ月❤ 祐香とみか“母への階段物語”



あなたは私たちの愛の結晶
こんなにも愛されて生まれてきたことを
いつの日か知ってほしい❤



ライター&
TOKYO NADESHIKOブロガー
（36歳／東京都）既婚・妊娠9カ月
水野祐香さん

サラリーマン（38歳）
Nさん

（祐香）ベアトップ¥1,848／TAKARAYA 渋谷109店　デニム、シャツ、帽子／すべてスタイリスト私物　（N）デニム¥3,052／原宿シカゴ 表参道店　シャツ、帽子／ともにスタイリスト私物

切迫早産で1カ月寝たきり💧ベッドの上でじっと耐えてた

いまは回復して症状が安定しているから話せるんだけど、実は少し前に切迫早産で、1カ月間〝絶対安静〟の寝たきり生活を送ってたの💧

うちはマンションの1階にあって、部屋の前に芝生の庭があるんだけど、草ボーボーになってきたのが気になって、2時間半かけて草取りをしたんだよね。そしたら、ちょっとお腹が痛いような張る感じがあってその日は横になって休んだの。でも次の日はもっとお腹がカッチンカッチンに硬くなっていて、病院へ行ったら診断結果は切迫早産💧

お腹が張るって子宮が収縮することなんだけど、子宮がギュッと縮むことでお腹も硬くなるんだってこと、仕組み的に理解できてなかったんだ。それを知ってからあらためて考えると草取りをする前からお腹は少し硬かったようにも思う。妊婦の経験がないから、お腹の硬さレベルがよくわからなくて、硬いのは腹筋のせいだと思ってたんだよね💧

自宅療養中は、1週間に1回健診へ行く以外はずっと横になってた。反射的についい動きたくなっちゃうんだけど動いちゃダメなんだよね。ちょこちょこと家事をしたりするのもよくないらしくて、トイレに行く以外は横たわっていないとダメなの。本当にヒマだった…。これが他の病気だったら、耐えられず動いちゃってたかもしれないけど、自分のためよりも赤ちゃんのため、だから耐えられたんだと思う。このまま症状が安定していれば、出産の日まで日常生活を送ることができそう♪

出産予定日は1月の半ば。性別は多分女の子♥ 出産方法については、妊娠初期の頃からすごく考えてた。私、仰向けに寝るのが苦手だし、押さえつけられることにも抵抗があるから、分娩台にすごく恐怖を感じるんだよね。それで助産師をしている地元の友達に相談して、フリースタイル出産で産むことにしたんだ。

フリースタイル出産っていうのは、分娩台に上がらずに、好きな姿勢で産むことができるお産のスタイルのことで、立って産んでもいいし、四つん這いになって産んでもいい、そのときの自分にとって一番楽な姿勢で産めるんだよね。分娩台の上だったら固定されているからいきむだけしかできないけど、フリースタイルだったら部屋の中を右往左往してもいいらしくて、その自由度が決め手になった(笑)。

四つん這いで産むのが一番産みやすいっていう話をよく聞くから、私もそうしようかなって思ってる。実際そのときになってみないとわかんないけど。でも、好きに動いてもいいって思うと気持ちがすごく楽♪

赤ちゃんの性別は女の子 名前は顔を見てから決める!

私がまだママのお腹の中にいた頃、親父は私に「カレラ」っていう名前をつけたかったんだって。ポルシェの車種の名前😸 でも母親が、「どんな顔かわからないんだから、顔を見てから決めよう」って止めてくれたらしい✧ 結局、私の名前はおばあちゃんがつけてくれたんだけど、カレラじゃなくてみかでよかったなって思う。私も、名前は赤ちゃんの顔を見てから決めるつもりだよ。地味な顔立ちなのに、華やかな名前をつけたりしてプレッシャーを与えたくない(笑)。

「どんな子に育っていくのかな」とは思うけど、「こんな子になってほしい」はないんだ😸 旦那さん的には、私立の学校に入れて頭良く育てたいみたいだけど、私は自由にやりたいことをやらせればいいと思う。そのへん私の教育方針はゆとり♪

レーサーになってほしいかって聞かれたらそれはないな(笑)。何かひとつのことをやり遂げることは大事だけど、それは別に

産むのは他でもない自分。少しでも楽な姿勢で産みたくてフリースタイル出産を選んだ♥





＼妊婦にとっては他人事じゃない／

切迫早産についての正しい知識

お話を伺った先生



日本大学医学部医学科卒業。現役の産婦人科医。様々なメディアを通じて医療サイドからの情報を発信中。

産婦人科医
丸田佳奈先生

自覚症状は?

自覚症状がない人が多く妊婦健診でわかることが多いのですが、下腹部の張りや、生理痛のようなお腹の痛み、キューッと子宮が縮まる感覚や出血が頻繁にある場合は医師に相談を。

治療法は?

張り止め(子宮収縮抑制剤)や抗菌剤など、処方薬を服用して安静を心掛けます。早産の危険が高い場合や、出血や張り、痛みが収まらない場合は入院となります。性交渉は禁止です。

“絶対安静”の安静レベルは?

食事、トイレ、シャワー以外は動かず横になっている状態を指します。外出や家事はもってのほか。ちょこちょこ動き回っていると悪化して即入院につながると思ってほしいですね。

予防法はあるの?

張りを感じたら休むこと。デスクワークは張りの原因になるので小マメに動くこと。締めつけや冷えを防ぎ、張りを感じたらすぐ休むこと。性交渉もコンドーム装着は鉄則です。

どんな状態のことをいうの?

お腹が張ったり、妊娠中は閉じている産道の一部(子宮頸管)の長さが短くなってしまうことで、赤ちゃんが生まれていい週数の前に生まれそうになっている状態や、生まれる可能性がある状態をいいます。実際に生まれてしまったときが早産です。

原因は?

軽度の症状も含めると切迫早産は決して珍しい症状ではなく、原因の多くは細菌による感染症です。膣や子宮に細菌が入ったり、動きすぎてしまった場合などになりやすく、意外なところでは虫歯の菌が子宮に回ったことで感染症となるケースもあります。

出産と育児の疑問に先輩ママがアドバイス♥ みか編

便利グッズと内祝いについて

Q 産後にあると便利なものは?

母乳パッド



下着に母乳がもれるのを防ぐために出産後すぐに必要。みかちゃんは絶対にいると思う!

けいこ

タオル類と肌着



もちろん準備はしていると思うけど、思っている以上にたくさん使う! 肌着は見た目より肌触りと吸水性重視で♥

古橋綾香さん(31歳)

お尻ふきウォーマー



乳児の頃がすごく寒い時期だったから、これにかなり助けられた。夏はいらないけど😊

立石なみさん

赤ちゃん用手袋とガーゼハンカチ



ツメで顔をひっかかないようにする保護用のミトン。ガーゼハンカチもめっちゃ使うよ♥

HIKARIさん(31歳)

新生児から使えるベビーカー



0歳児だしまだ早いかなと思ったけど実際はかなり重宝した。買ったけど使わなかったのはベビーベッド😊

若林奈緒さん

トコちゃんベルト



出産後、ベルトのタイプを変えたほうがいい人もいるから、メーカーのサイトで診断を😸

谷和香さん(30歳)

ドーナツクッション



産んだあともかなり痛いからあると助かる(真菜)。傷が深かったからこれなしにはどこにも座れなかった💧(愛美)

鈴木愛美さん(29歳)　中出真菜さん(31歳)

Q 内祝いはどんなものを贈ったの?

独身のコには**コスメやラッシュ**、グルメな方には**有名ホテルの食品ギフト**😸(けいこ)　内祝いカタログから**お菓子や食品**(なみ)　**GODIVA のチョコレート**(真菜)　**フレグランスランプ**とか家で使えるかわいいもの♥(沙世)　**自分の好きなバスグッズ**(Angel)髙島屋さんにおまかせで**名前入りのお米やタオル**✧(綾香)　**出産時の体重のお米**が思いのほか好評だった♥(HIKARI)　あっても困らない**ブランケットやタオルセット**(奈緒)　**文明堂の名前入りカステラ**(愛美)

レーサーじゃなくていいと思う。自分の場合、小学校2年生でカートをはじめてからずっとレース漬けで、友人関係が上手く築けなかったっていうのもある。当時の同級生とは大人になって仲良くなったけど、子供時代に共有した思い出がたくさんあるかっていったら少ないから。そういうものは大事にしてあげたい。

周りには、「アスリートだし体力ありそうだから大丈夫！」と言われる私だけど、出産はやっぱり怖い。痛そうっていうのもあるし、健康体で産まれるかっていう不安もある。ちゃんと私は産めるのかなとか、ちゃんとお母さんとして務められるのかなとか。人間を育てるんだと思うと、緊張する！（笑）。

レーサー休業中（29歳／東京都）
既婚・妊娠9カ月
神子島みかさん

もうすぐ赤ちゃんが生まれてくる、
そう思うと胸がドキドキする♥
どんな女の子に育っていくのかな。
私はどんなお母さんになるのかな。



The baby will be born soon
and it makes my heart beat♥
I wonder how you grow
and what kind of mom ill be.





ニット¥5,900／Delyle NOIR　ショートパンツ¥2,297／TAKARAYA 渋谷109店　帽子（参考商品）／BARAK 渋谷109店　バングル、ブレスレット／ともにスタイリスト私物

グレープ味のおいしい酵素ドリンク

酸味がなくて飲みやすい♪

64種類のミネラル野草酵素配合
高級食材「ツバメの巣」配合
話題の新成分「白金ナノコロイド」
持ち運び便利なスティックタイプ



酵素不足を解消して
綺麗にヤセよう！

ダイエット効果 × 複合的な美容効果

クレンジング酵素って？

1. キレイに痩せられます

食事をクレンジング酵素０で置き換えると効率的にカロリー制限できます。満腹感が得られながら酵素不足を解消できるので、綺麗にヤセることができます。

2. 魅力的な美しさに導きます

高級食材として海外ではパーフェクトフードと呼ばれるツバメの巣は、美容業界で注目されています。美容効果を生む成分でローヤルゼリーの約200倍の効果があります。

3. 栄養不足を解消できます

64種類の酵素以外にも100種類の栄養を含むクコの実や美味しく栄養が摂れるマキベリーなどを配合しています。野菜嫌いな方でも、ぶどう種子ポリフェノールが酵素の酸味を抑えてくれます。
グレープ味でほんのり甘いジュースのようにお召し上がれます。

リピーター続出中!おすすめのアレンジレシピをご紹介!

クレンジング酵素０(2包) × グリーンスムージー



レモン 1/2 個
りんご 1/2 個
バナナ 1/2 個
水 100CC
スムージー粉
グラスに 1/3

クレンジング酵素０(2包) × 炭酸水やヨーグルト



炭酸水
100CC



ヨーグルト
120g



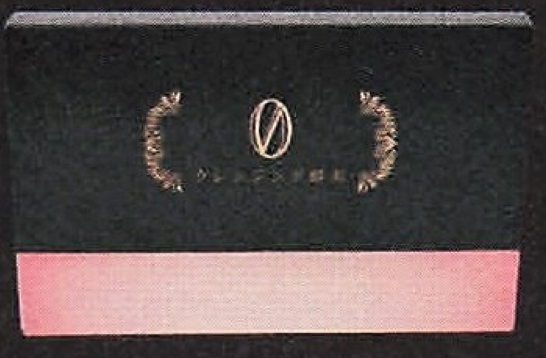
今すぐWEBでチェック!!

クレンジング酵素０ 検索

クレンジング酵素０初回特別価格

通常価格7,800円が今なら

(税込) ￥100



http://girls-cosme.jp/zeroageha

CUTE MEサプリ＋ダイエットサポートDVD3枚付き

期間限定 初回特別価格

(税抜) ￥300



http://girls-cosme.jp/cmageha

社名：株式会社クワンジャパン　住所：東京都品川区西五反田 1-18-9 五反田 NT ビル 8F　TEL：050-3171-7688　受付時間＆曜日：11：00 -18：00 土日祝を除く



姉ageha専属モデル小原優花[ゆんころ]プロデュース

思い通りにヤセられない！それは酵素不足が原因です。

綺麗に ヤセる

クレンジング酵素

酸味がなくグレープ味でおいしい

酵素ドリンク

64種類の
ミネラル酵素

特殊美容成分
白金
ナノコロイド

高級美容食材
ツバメの巣

30万袋突破大人気ダイエットサプリ

CUTE MEから酵素ドリンク新発売



肌の奥までうるおいで満たす赤の化粧水でエイジングケア、始めませんか?
新感覚のエイジングケア化粧水
イクスピュア フラレンシアローションで
透明感あふれるうる肌に
イクスピュア
フラレンシアローションとは?
注目の美肌成分フラーレンと進化型ビタミンC誘導体を配合した化粧水。ヒアルロン酸と9種の植物エキスが乾燥しがちな肌もしっかり保湿。輝きを放つようなツヤが透明感も引き出してくれます。
しっとりツヤめくうる肌で
恋も女の人生も
もうひと花、咲かせましょ!
使い方
1～2プッシュを手のひらにのばし、やさしく肌を押さえるようになじませるのがコツ。やさしくパッティングするうちにうるおいが浸透。キメが整って乾燥による小ジワや毛穴の目立ちを抑えてくれます。
EXPURE
FULLERRENCIA
LOTION
イクスピュア フラレンシアローション
60ml ¥6,500(税別)
お問い合わせ
株式会社アンプリー 東京都中央区銀座 4-8-12 ☎ 03-3567-8666
PHOTO_Nobuyuki Sasaki



Dramaticな一瞬に恋をした7人のLadyの物語

私だけのドレス、私だけのストーリー

with News Dress

"ドレスを着れば、全ての女性はヒロインになれる…" そんな想いを込めて仕立て上げられた、ニュースセレクションのドレスたち。
それぞれのドレスにそれぞれのストーリー、きっとあなたにとって最愛の一着が見つかるはず。

MODEL： **Yui**(湘南平塚Rich) / **Reika**(湘南平塚Pasha) / **Juri**(the club ARENA) / **Yua**(ENTERTAINMENT CLUB X) / **Miho**(studio club Magic) / **Maasa** / **Sana**









左:タイトボディのバンテージ素材に胸元のVカットがアクセント。バンテージドレス ¥14,800

右:タイト&フレアの絶妙なバランス感でスタイルアップを。ストライプのスカートを合わせて大人に決めて。バンテージキャミソール ¥6,900、バンテージスカート ¥7,900



～真っ直ぐな眼差しの中に隠した女性の本能～

Wild Lady

胸元を美しく見せるカットアウトや、大胆に開いたスリット…
シンプルなデザインなのに、どこか官能的で野性的な雰囲気を漂わせる。
そんなフェロモン全開のドレスで男性を魅了して。

大胆なスリットから伸びる美脚でメンズを誘惑して。バンテージドレス ¥14,800

～タフな女の子ほど、守りたくなる～

Tough & Sweet

柔らかな色や素材は、優しげな女性を演出するためには欠かせないもの。
その中に「強さ」をイメージしたスパイスを組み込んで、
辛口に仕上げるのが今の気分。
女の子らしいだけじゃつまらない、そんな自分を貫く女性に贈るドレスたち。









上左:花びらのような愛らしいレースに、フラワーの飾りをON。ミニドレス ¥12,800

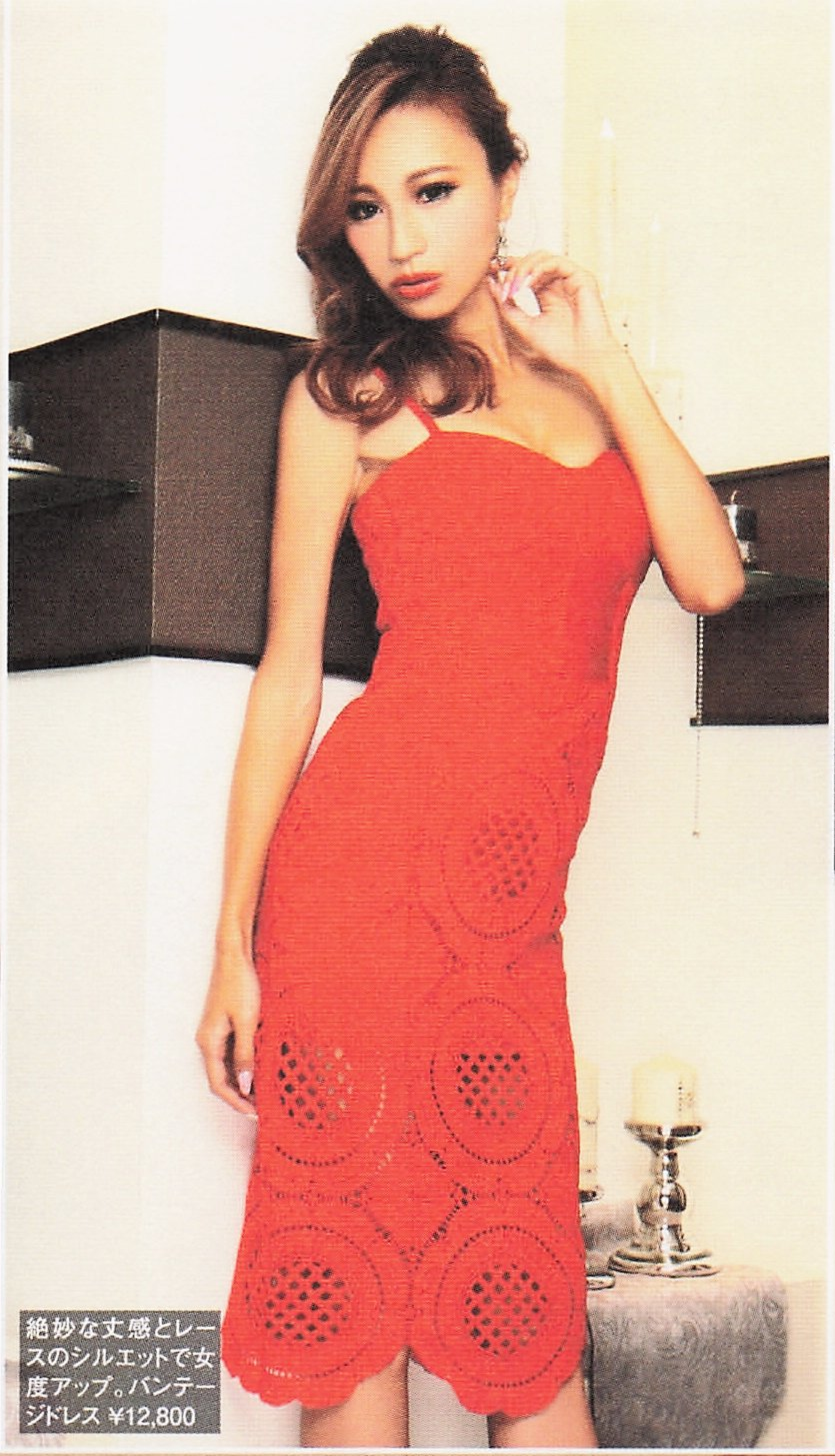
中段左:愛らしいAラインシルエットにベルトのスタッズで辛さをプラス。ミニドレス ¥6,900

上右:ラメ素材だから動く度にキラキラ輝く。柔らくて着心地も抜群。ソフトバンテージワンピース ¥4,900

下左:繊細なレース素材をモノトーンカラーで引き締めて。ミニドレス ¥7,300



胸のシースルーから覗く胸元で男性を悩殺して。バンテージドレス ¥11,800



絶妙な丈感とレースのシルエットで女度アップ。バンテージドレス ¥12,800



縦ラインの装飾と脇に入ったスリットで美脚効果抜群。ソフトバンテージワンピース ¥14,800

〜女性であることに喜びを〜

Sexy Lady

せっかくドレスアップするなら、思い切り女性らしくしたい。
そんな時は、しなやかな身体つきを存分にアピールできるドレスを選んで。
計算された肌見せ感やシルエットで、
女性の色気を最大限に引き出してくれるから。



程よく開いた胸元に、たっぷりのパールをあしらって高級感を。ミニドレス ¥19,800

Reika information



神宮寺麻衣♡DJmaipuh

東京、神奈川を中心に活動中、得意ジャンルはEDM。

◆twitter @mai_jinguji
◆instagram @mai_jinguji
◆Facebook @神宮寺麻衣





～洗練された女性のオーラを身にまとう～

Rich Lady

ふとした表情や仕草、そんなところに女性らしさは表れるもの。
繊細なデザインのドレスは、身にまとうだけでワンランク上の上品さが手に入る。
凛とした女性の美しさを引き出す、ドレスの魔法を感じてみて。



オフショルダーでヘルシーに肌見せを。レースから透ける花柄が上品。ミニドレス ¥7,900



ライン使いが大胆なバンテージブラウスに、シンプルなタイトスカートを合わせて。バンテージブラウス ¥6,900円、バンテージスカート ¥7,900





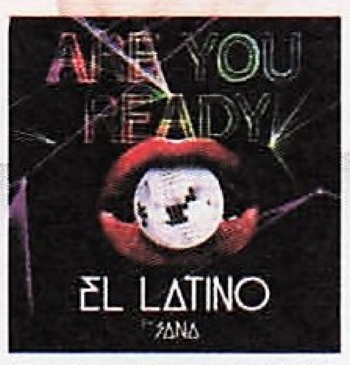
白とグレーの大人カラーでレディライクなシックスタイルを。バンテージトップス ¥6,900円、タイトスカート ¥1,900

沙南「Dreaming Girl」配信決定!

SANA information



「Dreaming Girl」
沙南



「Are You Ready ft.沙南」
EL LATINO

沙南 (SANA) シンガー

ポジティブで晴れやかな歌声のプラスマインドシンガー。力強く、透き通った彼女の声に注目!

◆twitter @sana_625
◆instagram @sana_625

iTunes、レコチョクより「Are You Ready ft.沙南」EL LATINO好評配信中!

最新 若いコとの会話にも困らない Entame（エンタメ）虎の巻 Vol.08

忘年会や大掃除が一段落したら、暖かい室内で映画や音楽漬けになりながらゆっくり正月休みを過ごすのもいいかも♥

MUSIC L'Arc～en～Ciel



1年4カ月ぶりに発売する新作♪

2015年9月に行われた「L'Arc～en～Ciel LIVE 2015 L'ArCASINO」で初披露された「Wings Flap」が発売されるよ★ カップリングには大ヒット曲「HONEY」のL'Acoustic versionを収録♥ 初回盤のBDでは表題曲のMusic Clipに加えてライヴのオープニングアニメーションも見られる✧ ●CD+BD ¥1,944 CD ¥1,204（ともに税別） ●12月23日発売／Ki/oon Music

EVENT COUNTDOWN JAPAN 15 / 16



※写真は過去開催時の様子です。

COUNTDOWN JAPAN 15/16

4日間におよぶ年末年始の特大イベント★

2015年を締めくくる日本最大の冬の屋内ロックフェス♪ 大物から若手まで多くのアーティストが出演するよ✧ 出演日程・タイムテーブルはHPをチェックしてね★ 最終日の大晦日は29時まで開催するので、仲間とライブを楽しみながら2016年を迎えよう ●日程／12月28日（月）～31日（木） ●会場／幕張メッセ国際展示場1～11ホール、イベントホール ●主催／株式会社幕張メッセ・J-WAVE

MOVIE orange -オレンジ-



10年後の自分から届いた手紙が「今」を変える。

16歳の菜穂は10年後の自分からの手紙によって、転校生・翔を好きになるが1年後に彼を失うことを知る。未来を変えるため動き出した菜穂が迎える結末とは——。 ●監督／橋本光二郎 ●原作／高野苺「orange」 ●出演／土屋太鳳、山﨑賢人ほか ●12月12日全国東宝系にてロードショー

MUSIC MAX



デビュー20周年のパーフェクトアルバム✧

「MAXIMUM PERFECT BEST」はMAXの全シングル35曲を含む、全3枚組42曲入りのまさにパーフェクトなアルバム♪ 36曲分のMVを収録したDVD・BDも要チェック★ ●CD+DVD ¥4,500 CD+BD ¥5,000 CD ¥3,500（すべて税別） ●12月23日発売／SONIC GROOVE

MUSIC 超新星

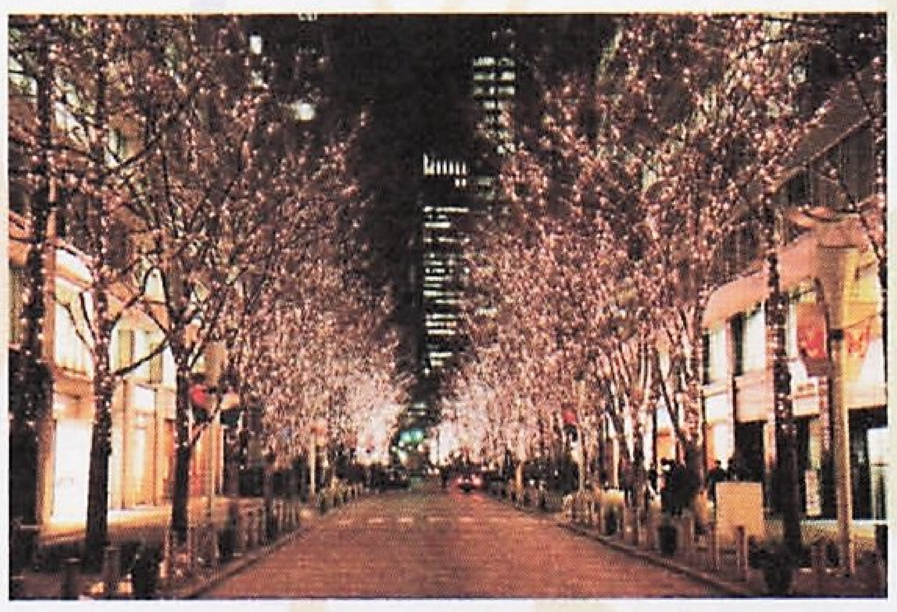


誰もが知ってる名曲たちをカバー✧

超新星が初めてリリースするカバーアルバム「SUPERNOVA Cover Collection」は、日本の女性アーティストの曲をカバーした「FEMALE」と男性アーティストの曲をカバーした「MALE」の2枚同時発売だよ♥ ●CD+DVD 各¥3,500 CD 各¥2,700（すべて税込） ●12月16日発売／UNIVERSAL J

EVENT 丸の内イルミネーション 2015

※写真は過去開催時の様子です。



丸の内がシャンパンゴールドに輝く✧

丸の内エリアで恒例のイベント「丸の内イルミネーション2015」がバレンタインデーまで開催中★ 約1.2kmに渡っておよそ100万球ものLEDライトがきらめく街を演出しているよ✧ 期間限定のロマンチックな夜景を楽しんで♪ ●日程／～2016年2月14日（日） ●会場／丸の内仲通りほか

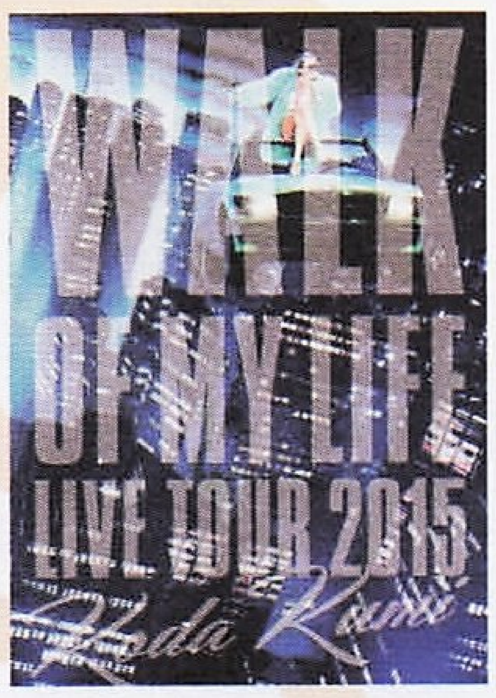
MOVIE I LOVE スヌーピー THE PEANUTS MOVIE



スヌーピーの友情と冒険の物語♪

スヌーピーが初3D／CG化✧ 恋をした不器用な少年、チャーリー・ブラウン♥ 空想の大冒険に出ていたスヌーピーは恋に悩む親友のために背中を押してあげるが、チャーリーは一歩踏み出せるのか？ ●監督／スティーブ・マーティノ ●日本語吹き替え／鈴木 福、芦田愛菜ほか ●公開中

MUSIC 倖田來未



圧巻のライブステージが再びよみがえる✧

デビュー15周年を迎えた倖田來未が開催してきた、全国8カ所12公演のアリーナツアー♪ そのファイナル公演、6月28日のさいたまスーパーアリーナの模様をDVD・BD化✧ ライブの裏側に密着したドキュメントも同時収録★ ●DVD ¥5,616 BD ¥6,480（ともに税込） ●発売中／rhythm zone

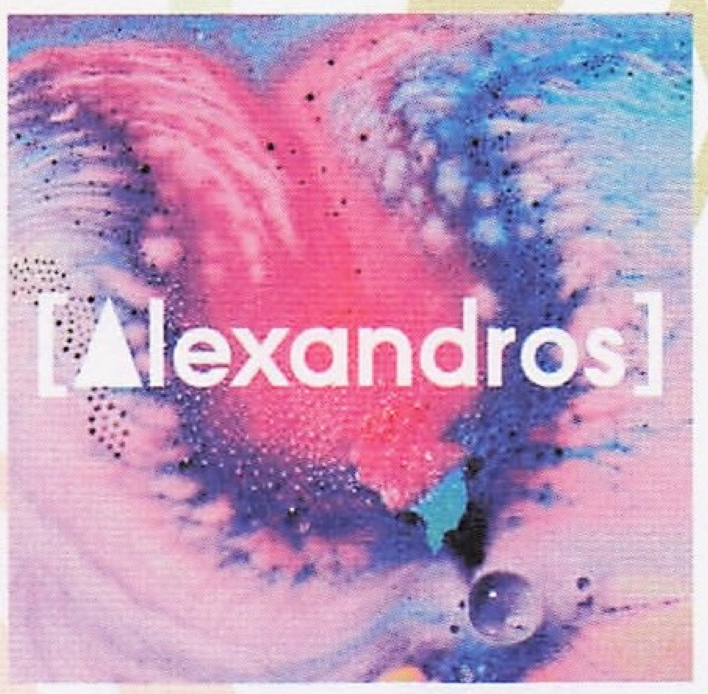
MOVIE 映画 妖怪ウォッチ エンマ大王と5つの物語だニャン！



5つの物語が交わる大冒険譚!!

おなじみのキャラクターたちが大活躍する映画第2弾 5つの物語が交わるときに見えてくるものとは!? 人間界と妖怪界、異なる2つの世界をかける大冒険が、今はじまる!! ●監督／高橋滋春・ウシロシンジ ●声の出演／戸松 遥、悠木 碧ほか ●12月19日全国東宝系にてロードショー

MUSIC [Alexandros]



重厚感×ハイトーンボイスが印象的な最新曲✧

ドラマ「サイレーン 刑事×彼女×完全悪女」のオープニングに起用された「Girl A」は疾走感あふれるナンバー♪ 初回盤DVDに収録されている6月に代々木公園で行われた無料ライブのドキュメンタリーも見逃せない★ ●CD+DVD ¥2,300 CD ¥1,300（ともに税別） ●発売中／UNIVERSAL J

トークショー&じゃんけん大会で大盛況でした!

莉菜・佳那恵・優花が登場!

姉ageha×SHIBUYA109 トークショーレポ♥

たくさんの人でSHIBUYA109のステージ前はぎゅうぎゅう!



11月3日におこなわれた3大都市スナップ・東京会場では、SHIBUYA109前に特設ステージを作ってトークショーも同時開催★ 3人をひと目見ようと、たくさんのファンが応援に来てくれました!

PHOTO_Michihiro Shimizu (f-me)　HAIR&MAKE_Yuko Nozaki　STYLING_Mizuki Nakano　THANKS_SHIBUYA109
EDIT&TEXT_Setsuko Chigira



TALK SHOW



あっくんの軽快な話術と進行のおかげで会話も弾みます♪ 最初は少し緊張気味だった3人も、だんだんリラックスしながらトークショーを楽しんでいたよ

本日のコーデポイントを発表♥



「冬はやっぱりモコモコのファーがかわいい♥」と、ファーアウターを主役にコーデした莉菜。



ファッショントークから、なぜか週1でパチンコへ行く佳那恵の話題に。MCのあっくんも佳那恵の意外な趣味に驚き＆興味津々!



この冬気になるアイテムを聞かれた優花は、「今季はキャメルが…」とトレンドについて解説♥

SPECIAL PRESENT

3人が着ているコーデをプレゼント♥

この冬オススメのアウターを使ったコーデ。色っぽくて、しかもスタイルアップも叶います





人気ブランドの全身コーデがもらえるとあって、お姉さんたちのテンションもMAX★ イベントの盛り上がりもピークだったよ

→トークショーの最後にサプライズ☆ 応援に来てくれたみなさんへ3人から感謝の気持ちを込めて、豪華アイテムがもらえる"じゃんけん大会"を開催♪





優花とのじゃんけん勝負では、優花ファンのお姉さんが勝ち残ったよ♥ 手渡しされて涙目に!



女子会 *with* お泊り

in カップルズホテル



お姉様にささげるゴージャスなひととき

露天風呂・岩盤浴・ドライサウナ・ビリヤード・室内水槽・天蓋ベッドなどなど、
ホテルには様々な設備がご用意されてるよ！
中でも優雅な時間を過ごすのにかかせない露天風呂では、デンファレを散りばめて
映画や海外リゾートのようなゴージャスバスタイムをたのしめます♪

ホテル内でSPAが体感できる！

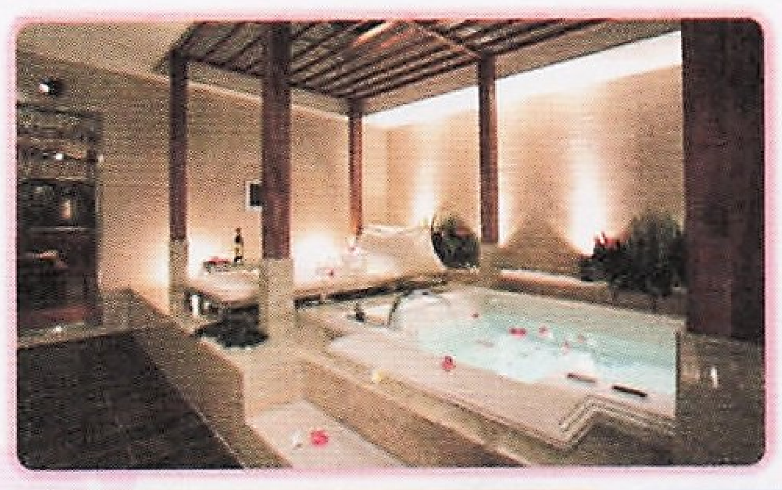
SPA 併設ホテルでは、ホテルにいながら本格的な
バリエステをご体感いただけます。

New
新登場の
ホットストーンセラピーに注目!!



最近疲れてるなぁ･･･って思ってるならぜひ体験して
してほしい！温めた石とアロマオイルで施術中は寝て
しまうほど気持ちよく、カラダのむくみや肩こり、頭痛
などをほぐしてスッキリ★







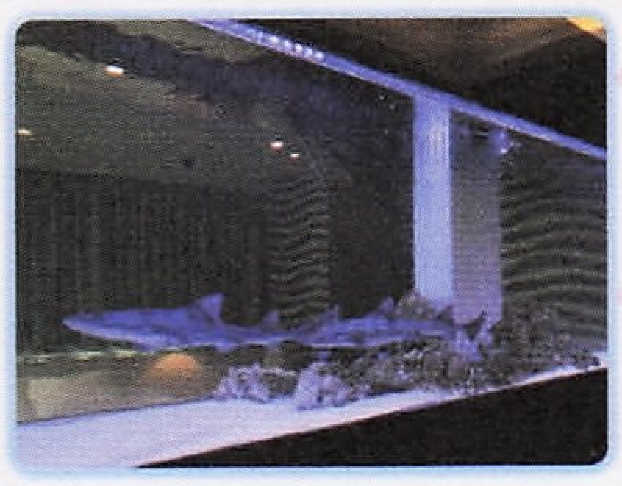


PickUp!

豪華な設備で楽しさアップ！

さまざまな設備とサービスで
もっと楽しくハッピーに★











姉ageha限定
「姉ageha見たよ」
とスタッフに伝えると
スイーツ３品追加で
プレゼント！
2016年6月まで

女子会もできるカップルズホテル
ベストディライトグループ
Best Delight
HOTEL&SPA Group

《大阪》HOTEL&SPA ATLANTIS 谷町店
《大阪》HOTEL ATLANTIS 東大阪店
《大阪》HOTEL ATLANTIS 豊中店
《大阪》HOTEL LUNA 桜ノ宮店
《大阪》HOTEL LUNA 泉南店
《大阪》HOTEL LOUTS 豊中店
《大阪》HOTEL LOTUS 堺店
《京都》HOTEL&SPA LOTUS ORIENTAL
《京都》HOTEL&SPA LOTUS MODERN
《京都》HOTEL LOTUS 福知山店
《滋賀》HOTEL ATLANTIS 大津店

ベストディライト

スマホでもみれるよ

20～40代女性とのステキな出会いを求める紳士だけを集めました

11th since 2004 k-c-b.jp

2015年8月サイトリニューアル!!

会社経営・医師・弁護士・税理士・プロデューサーetc...

お金持ちの彼氏&パパ を作りませんか？

みんなどのくらい稼いでるの？



※一ヶ月の収入に対するアンケート結果。
調査対象人数：362名

男性会員 面接 クリア済

好きな時間に好きなだけ♪自由に稼げるから大人気!!

♥STEP1♥
まずは無料登録♪気になる男性とメールをしてみよう！

♥STEP2♥
価値観の合う男性が見つかれば、美味しいご飯を食べたりお買い物に出かけたり･･･。詳細は自由に決めてね♪

♥STEP3♥
楽しい時間を過ごしたら、おこづかいをもらおう♥
心づけをくれるリッチな男性ばかりだから、安心だよ☆

高収入バイトよりも安心&簡単に稼げる!!

ケークラ　検索

woman is no charge 女性は全部無料 ※パケット代別途

11周年の高級会員制ブランドサイト http://k-c-b.jp



みんなの感想&体験談

普段は行けないような高級なお店にエスコートしてもらって、おこづかいまでもらえて感激♪（みか・28歳）

副業感覚で1～2時間の空いた時間を有効活用しています。使えるお金がとっても増えました^^（里美・24歳）

出会うこと3人目･･･毎月サポートしてくれる、年上のパパカレをGETできました！（えっちゃん・30歳）

安定して高収入を得られるし、夜のお仕事とは違って自分のペースで稼げるから嬉しい。（真希・27歳）

30代以上の女性を探している男性が意外と多くてびっくり。相手を選べるので安心です。（カナ・35歳）

ケークラの男性会員様なら･･･　リッチな男性だけ！

楽しくお茶するだけで安定した高収入が簡単に叶うよ♪

株式会社MANMAN　大阪府大阪市中央区西心斎橋1-12-11-907　tel:06-6245-2488 公安委員会届出番号：62100043004　※高校生を含む18歳未満利用禁止　パケット代は別途必要です

幸せになれると話題！

モデル、女優、エディターの間で口コミで大人気！

24年周期の人生サイクルで今すぐHAPPYに！

\今スグできる/ あなたのマインドナンバーは ??

西暦にした生年月日を1ケタになるまで足すだけ！

例 レディー・ガガ（1986年3月28日生まれ）
1+9+8+6+3+2+8=37　3+7=10　1+0=1
普通の人生では満足しない！「チャレンジャー」

例 マドンナ（1958年8月16日生まれ）
1+9+5+8+8+1+6=38　3+8=11　1+1=2
ミラクルを引き起こす！「マジシャン」

相性もわかる！
ブラッド・ピット 4 × アンジェリーナ・ジョリー 5

1 Challenger 自立心が強く、早くから独立。経営者の人が多い。

2 Magician 想像を超えたチャンスや奇跡を手に入れる人。

3 Teacher 現実主義者。努力を重ねて、現実をつくる。

4 Queen 女王の風格。シンデレラストーリーを手に入れることも。

5 King 不可能を可能にできるパワーの持ち主。

6 Messenger 人を喜ばせることが好きな、おもてなしの人。

7 Lover 恋愛至上主義。恋で人生が大きく変化。

8 Fighter 情熱的で突き進んでいくタイプ。

9 Balancer 才能の引き出しが多く、多方面で活躍。



イヴルルド遙華　著
●定価：本体1400円+税
978-4-07-401443-9

詳しくは本書をCheck！

幸せの24年サイクル 願いが叶う！ フォーチュンサイクル占い

誰でも最強幸運体質になれる！

強運ダイアリー 2016



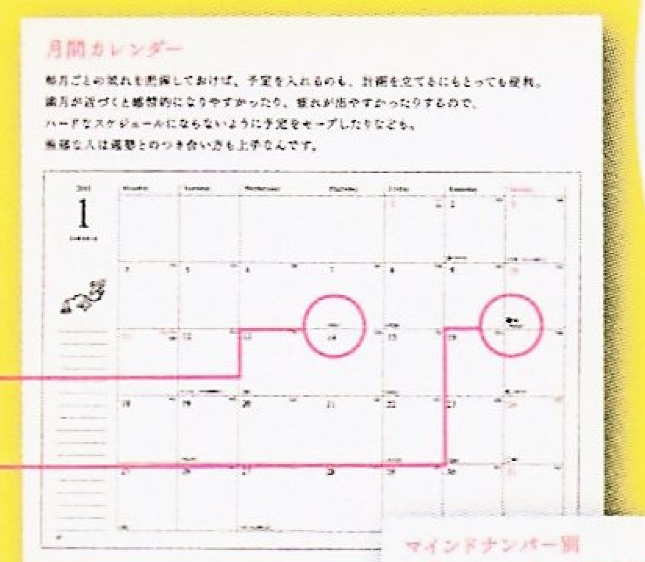
イヴルルド遙華　著
●価格：本体1500円+税
978-4-07-401450-7

こんな人におすすめ！

- 願いをかなえたい
- もっと幸せになりたい
- 本当の自分を知りたい
- 自分史上最強の運をつかみたい
- 運命の人に出会いたい
- 気分を上げたい！
- いろいろな占いに興味がある

使い方色々♪

① 月間カレンダー
一粒万倍日、不成就日など
- 吉凶をチェック！
- 満月や新月



② マインドナンバー別 毎月のフォーチュンサイクル占い
- 運勢を占う月
- あなたのマインドナンバーをチェック！



主婦の友社　■主婦の友社コールセンター　0120-916-892（書店様専用 ☎049-259-1122）
http://www.shufunotomo.co.jp ★書名コード（ISBN）を付記しました。ご注文などにご利用ください。

旬なニュースやトピックスをもれなくキャッチ★

INFORMATION

年末年始はクリスマスや忘年会、新年会とまさにパーティーシーズン✧ 各イベントや贈り物にピッタリの情報を集めたので見落とさないようにしてね◡̈

01





パセラのリムジン女子会でちょっとリッチなパーティータイム♥

レストラン・個室カラオケ25店舗の中から好きなお店の食事に、リムジンクルーズがついたリムジン女子会プラン♪ 男性も参加できるリムジンパーティーもあるから、詳しくはHPを見てね★

問パセラ　0120-957-823
HP：http://www.pasela.co.jp/event/jyoshikai/

02







大人のカフェ・ド・パリ発売プレゼントキャンペーン✧

数量限定カフェ・ド・パリ ルージュ センセーションとドレス、バッグなどをプレゼント♥ 愛沢えみりさんとのコラボキャンペーンだよ♪ 詳細な情報はQRからチェックしてね◡̈

問ペルノ・リカール・ジャパン
☎03-5802-2671　HP：http://www.cafedeparis.jp/special/camp/rouge.php

03

春発売のLUSH限定商品を数量限定で一足先にGET★



2016年1月1日発売のフレッシュラップは、限定デザインのオーガニックコットン風呂敷で春発売予定の商品などを包んだ数量限定セット♪ 事前予約は既に開始してるよ♥ 特典が当たるチャンスも✧

問LUSH
0120-125-204　HP：http://www.lush.co.jp

04

大人気つけまダイヤモンドラッシュの新作♥



ドラマティカルメモリーシリーズは、繊細な毛束だから自まつやまつエクと相性バツグン✧ 最初から芯がしっかりカーブしていて、まぶたに自然に沿うから浮きにくい♪ ラインナップは8種類♥

問SHO-BI
0120-862-518　HP：http://diamond-beauty.jp/

05

まつげ＋目元をケアするプレミアム品✧



新作のまつげ美容液は、毛を生やす働きに重要な成分や、目元をケアする成分を配合✧ 年齢とともに抜けてしまうまつげを、元気な状態に導いてくれるよ◡̈ 12月17日〜、WEBで限定販売♪

問アンファー
0120-722-002
HP：http://www.angfa-store.jp

06



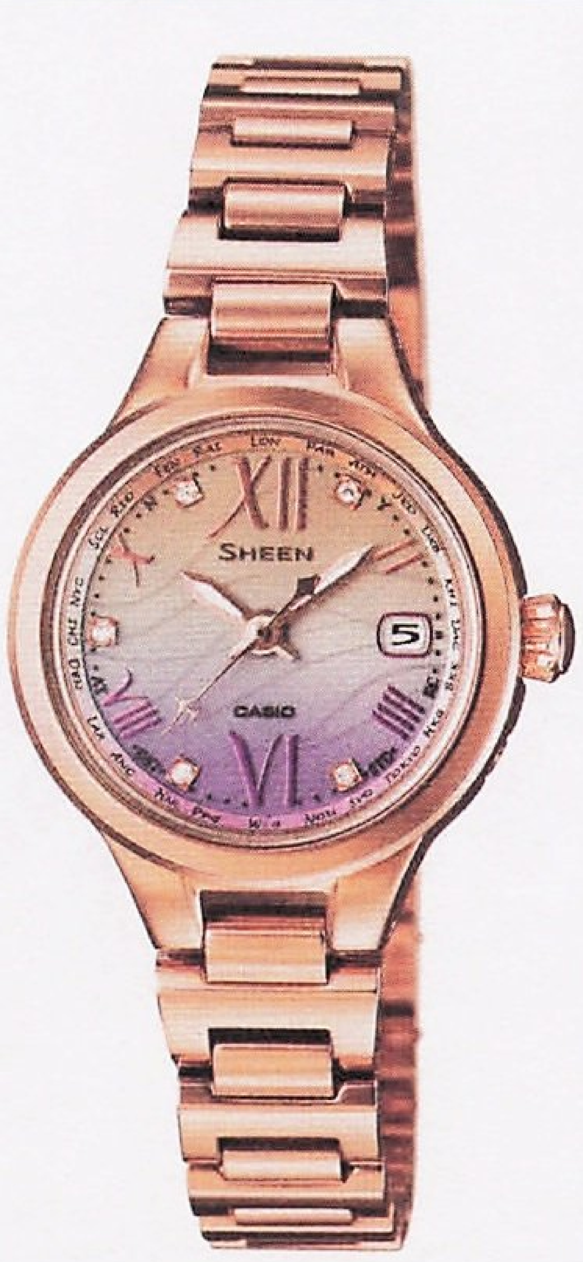
乾燥シーズンに周りと差がつく保湿を◡̈

リアルソリューションシートマスクは、肌の悩み別に美容成分を特化させた機能性美容シートマスク★ 密着度の高いマスク素材が美容液成分を浸透させてくれるから、時間がたってもお肌しっとり♥

問ミシャジャパン
0120-348-154　HP：http://www.misshajp.com

07

天然ダイヤを配置した限定モデル✧



ピンクとオレンジのグラデが美しい文字板には、ポイントでダイヤをあしらい高級感のある仕上がりに✧ 世界限定500本スペシャルモデルだよ◡̈ ソーラー充電や自動で時刻を修正する機能も♪

問カシオ計算機株式会社
☎03-5334-4869
HP：http://www.sheen.jp

08

ミネラルエアーファンデで洗練されたツヤ美肌に♥



「オンリーミネラル」と「ヤーマン」がコラボしたミネラルエアーファンデーション♥ リキッドファンデを微粒子エアー化し、吹きつけるだけで美肌に✧ 3種類のコラボコフレを限定発売♪

問ヤーマン
0120-776-282　HP：http://www.onlyminerals.jp



sugar&Jewels

赤のサンタに飽きた子、もっと女の子らしく、可愛いサンタに変身したい子必見！姉 ageha モデルが着こなす sugar&Jewels のこだわり抜いたピンクサンタで、クリスマスの夜をもっと可愛く、華やかに演出しちゃおう♥

MODEL_ 荒木さやか / 桜井莉菜 / 杉山佳那恵 / 小原優花　HAIRMAKE_ 三石安里 / 丸山あゆみ　CAMERA_ 花岡直行

Blanc Pur 100で 朝からパックの新習慣♥

私の時間は私だけのものだから、たとえ100秒でもしっかりコントロールしたい。
時間がない朝もたった100秒の美肌ケアで、トーンアップした肌を1日キープしましょ♥

PHOTO_Youki Oneyama［JOPS］

Blanc Pur100って？

1. たった100秒でOK

肌に塗ったら100秒おいて洗い流すだけの簡単なパックだよ♪　お肌にたまった汚れや余分な皮脂を落として、同時に保湿もしっかりしてくれる✧

2. 合成着色料･香料、鉱物油無添加

お肌に優しい8種類の天然植物成分を配合☺　うるおい成分とひきしめ成分も入っているから、よりなめらかでハリのある肌になれちゃう✧

3. 顔も手も体にも使える

顔だけじゃなく手や体にも使えるから、首やデコルテも一緒にケアできるよ♥　ネイルした手もワントーンアップすることでより華やかに✧

使い方

洗顔で余分な皮脂や汚れを落とし、気になる部分になじませて優しく全体に伸ばしてね♥　100秒たったら水または、ぬるま湯で流すだけ★

成　分

水、ポリアクリルアミド、ジメチコン、ペンチレングリコール、水添ポリイソブテン、ナツメ果実エキス、クレマティス葉エキス、セイヨウナツユキソウ花エキス、スギナエキス、セイヨウキズタ葉/茎エキス、ヒバマタエキス、アロエベラ葉エキス、キハダ樹皮エキス、ラベンダー油、ヒアルロン酸Na、酸化チタン、スクワラン、グリセリン、BG、ラウレス-7、エタノール、メチルパラベン、酸化鉄、トリデセス-4カルボン酸Na、水酸化Al

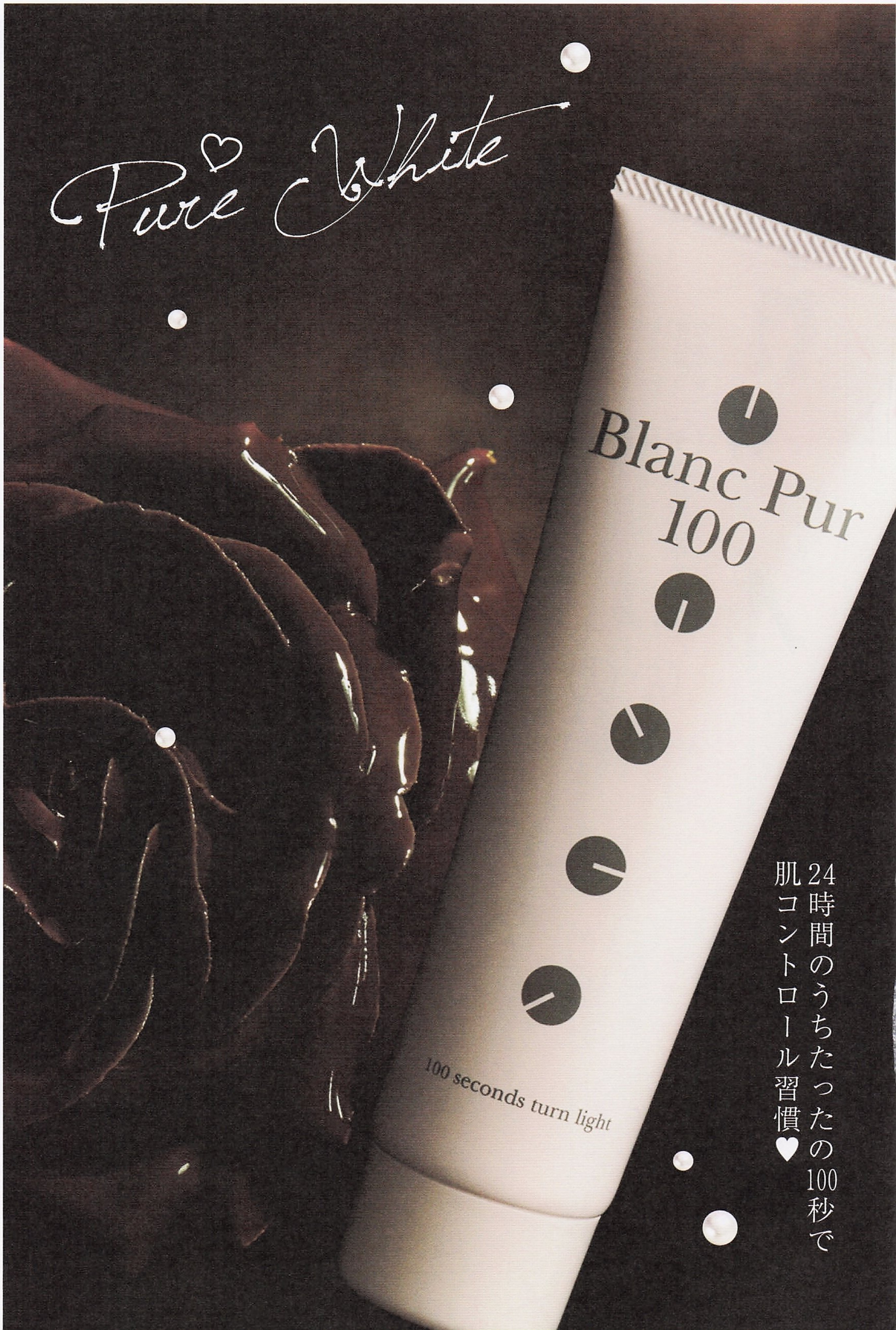
Blanc Pur 100
150g ¥3,000（税抜）

お問い合わせ先

株式会社アンプリー 名古屋オフィス
☎052-684-7214

株式会社アンプリー
☎03-3567-8666
http://www.amply.co.jp/

安浦利有限公司
☎(02)2558-2269
E-Mail:amply.tw@msa.hinet.net



やってきました、宴会シーズン！
定番の飲みをより楽しく快適に盛り上げるノウハウを
コールの女王・下田美咲が身体を張って伝授します♥

下田美咲の
もういっちょ！
美容道場♥
スペシャル

ビバ！
アルコール♥

飲み会わっしょい
四十八手





さぁさぁみなさん、忘新年会に便乗した飲みの季節がやってきましたよ～★
今回は一期一会の飲みをより楽しく快適に、そして最高に盛り上げるために
編み出したノウハウをご紹介♥　それではお手を拝借、もういっちょ！

PHOTO_Satoshi Ohmura　HAIR_Chiharu Koya　EDIT&TEXT_Hironeko-A

其の一、酔の段✧



一
問 量を飲んでも酔いたくないときは？

答 **レモンティーをチェイサーにする**

鏡月をイッキしてもこれだと苦しくない。あとは飲み会のメンツを安心感のある人だけにしない。ちょっと緊張感のある人と飲んだ方が、警戒心が働いて酔わずに済む★



二
問 長時間延々と飲み続けるには？

答 **ノ・ミカタなどのサプリでサポート**

ノ・ミカタとダイエット系のサプリをW使い。ダイエットサプリでよく使うのは「カロリーバスター」。胃に膜を張ってくれるから、アルコールが吸収されにくい。



問 少量の酒で仕上がるには？

答 **酔いアイテムを活用する**

- 三 タバコ
- 四 水タバコ
- 五 ジャンプ
- 六 ヘドバン
- 七 ロングストロー
- 八 哺乳瓶で飲酒
- 九 3日前から禁煙
- 十 10日前から禁酒



問 苦手なお酒をおいしくのむには？

答 **おいしい割り方を知っておく**

- 十一 ビールならマッコリ割り
- 十二 ワインにフローズンフルーツを入れてサングリア風に
- 十三 ハイボールにレモン
- 十四 日本酒の甘酒割り
  手にした日本酒が口に合わないときにも便利
- 十五 コーヒーテキーラの牛乳割り



十六
問 お酒が飲めません。コーラでもいい？

答 **ブレずに頼んでいいと思う**

別にムリしてお酒を飲む必要はないからね。ただ、酒なしでも盛り上げられるかどうかはその人の才能。もし場のノリ的に気まずければ、飲まなくてもビールを置いとくとか。ただし、飲んでないからといって「ワリカンの金額を減らせ」とか言っちゃうのはナシで！

十七
問 宅飲みでオススメのつまみは

答 **缶詰と乾きモノ！**

缶詰ならカキのオイル煮♥　乾きものはさきイカとか柿ピーとか。イチオシはキャラメルポップコーン。これさえあれば延々と飲める♪



十八
問 強い酒を飲んでも酔わないコツは？

答 **全部は飲まない**

アルコールとご飯の量が釣り合ってれば基本大丈夫。でも強い酒だと結構ムズい💧　一番いいのは飲むフリをしてやり過ごすか、口に入れても見えないところで吐くか。飲んでるようで飲んでないコはいっぱいいるから、捨てることが悪いと思わない方がいいよ！



十九
問 心置きなく飲むための二日酔い対策は？

答 **飲酒の前後に米を食べる**

飲む日は朝・昼・夜ときちんとご飯を食べて、酒に負けない身体を作っておく。飲む前飲んだ後に白米でアルコールをサンドすればなお完璧♥

二十
問 二日酔いになったときのリカバー法は？

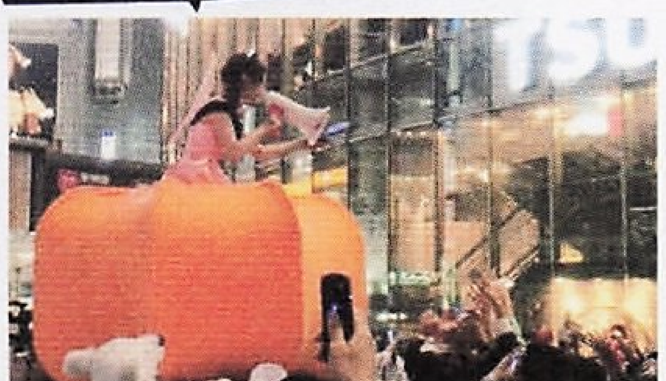
答 **時間で解決するしかない**💧

発症したら最後。寝て起きて酒が残ってたら負け。薬や味噌汁を飲んでも気持ち悪いのは残るから。問19の方法で防ぐしかない



クリスマスの街にも
下田美咲参上!?
詳細はブログをチェック♥

最近の活動報告



ハロウィンの渋谷で日本一目立つことに成功✧

日本のみならず海外のメディアにも取り上げられて大成功★　あれ「みこし」って言われてたけど本当は馬車だから！　ちなみに馬車はお父さんのお手製♥　唯一の失敗はカボチャに「下田美咲」の名前を入れ忘れたことかな💧　また何かしらやらかすのでよろしく！

プロフィール

下田美咲（しもだ・みさき）／1989年8月15日生まれ。中学時代に世の中と大人に対する理不尽さを感じたことをキッカケに、人生に対する考察を深める。コールの達人、お悩み解決請負人、（株）ミサキ式会長兼社長…と既存の枠だけにおさまりきらない、進化系ゆとり世代♥

Twitter♥
https:// twitter.com/shimodamisaki

ブログ♥
「嫌なことあったら、そっこーヘルペス。」
http://ameblo.jp/shimodamisaki/

YouTube♥
https://www.youtube.com/user/shimodamisaki

其の二、ブチアゲの段♪

二十一 問 はっちゃけ飲みのときはどんな服装がベスト？

答 機動力の高い服

ムレないとか暴れても繊維が舞わないとか、楽しむことに集中できる服。思う存分飲めるようお腹がピチピチしてないことや、トイレに行きやすいって部分も重要！



二十二 問 カラオケでオススメのアゲ曲は？

答 trfの『ez do dance』

Aメロ Bメロの歌詞は無視してひたすら「あなたのお名前なんてーの？」って掛け合い♪（youtube「コール大好き下田美咲のコール講座4【Music編】」参照）サビは「君だけを見てーいるー」のあとに「よしこい！」って合いの手！ これやると盛り上がり過ぎて即つぶれる（笑）。

二十三 問 ゲームで盛り上がるなら？

答 短時間で決着がつくやつ！

家庭用のワニワニパニックや黒ひげ危機一髪がテッパン。あとはあっちむいてホイとか。15秒くらいで勝ち負けが決まるほうが盛り上がる♪



二十四 問 テキーラタイムを楽しむには？

答 曲とゲームで気分をアゲてこ！

イチオシはLMFAOの「Shots」。「Shots! Shots! Shots! Shots!」の掛け声とともにグラスを回して「Everybody!」の手前で止まった人が飲むってルール。テキーラって過剰にあおらないと飲めないものだけど、これならテンションで乗り切れる♪

二十五 問 家飲みで盛り上がるには？

答 常にクラブソングをかける♪

どこであれBGM。便利なのがAWAってアプリ。パーティーのプレイリストを選んで聞けるから超いい。ただ、使いすぎると携帯の速度制限かかるから気をつけて！ 自宅にミラーボールを置くのもオススメ♥

二十六 問 つきあいの浅い友達と盛り上がる方法は？

答 タコパが便利♥

タコ焼きを焼いてるだけで間が持つし、なんだかんだで盛り上がる。同じプレートでアヒージョも作れるし、ホットケーキMIXを焼いてもおいしい。でも長時間飲み食いが続くと太るから気をつけて！



二十七 問 年末年始にオススメのコールは？

答 その年の時事ネタ振り返り祭！

この年末年始にやるなら3代目J soul Brothers from EXILE TRIBEの「R・Y・U・S・E・I」!! 替え歌の歌詞とランニングマンの振りつけで超盛り上がれる😆

今回のコール
「三代目JSB コール」

「R.Y.U.S.E.I」の曲に合わせて替え歌♪ ランニングマンの振りつけでブチ上がる！



★この動画はYoutube【コール大好き下田美咲のコール講座10】で見られるよ

其の三、泥酔の段♪

二十八 問 毎回泥酔してしまい気まずいです…💧

答 いやいや、泥酔は大成功だから！

周りはそんなに気にしてないから大丈夫！ むしろ泥酔した方が人との距離を縮めやすいからチャンスと思うべき★ いまの私や仕事があるのも散々泥酔してきたおかげ😆

二十九 問 酒グセが悪く、仕事の飲み会でやらかさないか心配

答 本音を隠してる相手の前では泥酔を避けて

酔うと本音が丸出しになるからね。極論、普段から人にバレちゃマズイことを考えない方がいいってこと。仕事以外でもバレたくない本音を持ってるメンバーと飲むなら、泥酔しない方が確実に今後のため！

三十 問 いつも途中で寝落ちします。いい対策は？

答 割り切って誰かの膝枕で寝る

周りの人間をベッドにして寝るのが一番。膝枕ならその人とのコミュニケーションにもなるし、淋しくないしで何かとお得♥ それかタバコ。私の場合は吸ってると眠くならない。

三十一 問 記憶をなくしました。やらかしてないか不安です💧

答 人に聞くしかないですね

まずは最後の記憶を思い出し、そのあとのことは勇気を出して人に聞きましょう。方法はメールでもLINEでも直接でも◎。とりあえず嫌われてなければ大丈夫と思ってよし！

三十二 問 吐きたいけど吐けないときは？

答 ツボをつかんでおくしかない

経験を積んで覚えるしかないよね💧 ちなみに歌舞伎町の某ホストクラブで出会った〝吐かせ職人〟がスゴかった。ワンプッシュでマーライオンみたいに吐けてマジ感動した！



三十三 問 寝ゲロを防ぐコツは？

答 相性の悪い酒を知っておく

自分が何を飲むと寝ゲロするか把握しておくしかない…。それとフードファイトは避けた方がブナン。大量に食べた後だと寝ゲロの量もハンパないから！

三十四 問 飲んでる友達が先につぶれたらどうする？

答 相手によるけど基本は放置

吐いてる人&もらしてる人はムリ💧 でも好きな相手だったら許すかな？ ひとまず水を飲ませるとか、窒息しないようあお向け意外の姿勢で寝かせるとか★



其の四、色恋の段♪

三十五 問 狙ってる男子と初飲み。酔ってやらかさないためにはどうすべき？

答 相手と同じペースで飲む！

酔うペースが同じなら、うっかりやらかしても怖くないし嫌われる心配もない！ ちなみに私はマンツーで自分を酔い潰してくれる男が好き♥ 100%面倒見る係になってくれるからポイント高い★

三十六 問 飲みの席で好きな人との距離を縮めるには？

答 顔を近づけたり、真正面から見る♥

シラフだと緊張するけど酒の力があれば気まずくない♥ 「気持ち悪い💧」ってトイレにつき合ってもらい、個室で2人きりになるのも手。「吐けないよ〜」って泣き言言いながら世話を焼いてもらうのって特別感があるよね（笑）。

三十七 問 男友達とマンツーで飲んだ後の記憶が不明

答 聞かずに会話で探るべし

記憶が飛んで何が起きたかわからないときは、失礼だから直接聞かずに会話で探る。ヤッたかヤッてないかは、その日以降の相手の踏み込み方で推して知るべし。

三十八 問 目覚めたらソノ気がない男とラブホに…。どうごまかす？

答 サラッと帰る

私の場合そーゆー男とは飲まないけどもしそんな状況に遭遇したら、さわやかに「おはよう😆」と場の空気を切り替えて、寝起きのもう1発を阻止。そのままサッと服を着て帰るかな。

三十九 問 酔った勢いで男とエスケープ。一緒に飲んでたメンツに怪しまれたら？

答 「気づいたら家にいた」の一択

隠したいなら記憶がないフリをするが一番。普通に飲んでてもワープすることってよくあるし。追及される前に「私いつどうやって帰ったっけ？」と聞いちゃうのもアリ。

其の五、守りの段🐱

四十 問 飲み会が続いても太らない対策

答 飲みの席以外では食べない

または会場に酒しかない場に行く。二次会から参加するのもアリ。二軒目以降って食べ物もがっつり出てこないからダイエットに便利。

四十一 問 飲み会で食べすぎないコツは？

答 つまみがいらない味の酒を見つけとく

私の場合は麦焼酎の『麦汁』。味が濃いから食事みたいな満足感があるし、蒸留酒だから低カロリー♥ スピリッツ系で攻めるのもアリ。ショットばっかだと早くつぶれるから、結果食べずに済む（笑）。



四十二 問 飲まされすぎてしんどいときの逃げ方は？

答 死んだフリしとけばOK♪

私の場合は誰かのひざを借りて寝たフリすることが多い。私が寝てると思って油断して、内緒の話が始まったりするから何気におもしろい（笑）。

四十三 問 寝落ちからテンション高く復活するには？

答 仲間と「生き返る」コールを共有しとく

起きそうな頃合いを見計らって、周りに「死んだフリからの〜」と繰り返しコールしてもらう。寝落ち後のぼっち感もないし、場の騒ぎに復活しやすい（笑）。起きるときは「生き返る〜!」と叫びながらイナバウアーをかまし、盛り上げるのが流儀✧

四十四 問 体力がなくて長時間飲めない

答 二次会から参加すれば余裕

周りが仕上がってる分、ずっとノンアルでもバレにくい♪ 参加したことだけは覚えててもらえるからカドが立たない。飲みすぎないし、一次会で帰るより印象がいい。「こんな遅い時間でも来てくれてつき合いがいい！」と思われやすいのもメリット。

四十五 問 体調が悪くて飲めないけど、バースデー系の飲み会に参加したい

答 参加しつつ、飲みたい気持ちと寝ゲロリスクをアピる🐱

ご飯食べてるとかカゼ引いてないとか、飲み会に合わせた体調管理はマスト。それでもどうしても体調が悪いときは、「本当は飲みたい!!」って気分と「飲んだら寝ゲロ」リスクをアピール。「飲まないのはみんなのためだから」ってことにしちゃう（笑）。

四十六 問 タバコが苦手です

答 割り切るしかないです

煙から遠い席に行くのが一番だけど、メンツがほぼ喫煙者ならたぶん無理。どうしてもダメなら行かない方がいいと思う。もし人づきあいで行くというなら、そこもつきあってあげるのが大人！

四十七 問 タバコもお酒も苦手だけど、会には参加したい

答 自分で飲まない&吸わない会を開きましょう！

NGが多いと周りに合わせてもらうのは難しいと思う。酔っちゃうと気を使えと言われても難しいし。それでも楽しめるなら参加してもいいんじゃない？ もしムリなら禁煙のお店を予約するとか、自分が楽しめる会を自分でセッティングした方がいいですね。

四十八 問 盛り上がってる最中にうまく終電で帰るには？

答 自分より家が遠いコの世話役のフリをする

「終電やばくない？」って声をかけて「じゃあ一緒に出てあげるよ♥」と便乗（笑）。でも電車で寝過ごす率が高いから、結局タクシー使うハメになるんだけどね😆💧



PHOTO_Hirofumi Yamashita(f-me)
HAIR_Chiharu Koya EDIT&TEXT_Mai Komuro

LOVENAIL vol.06

クリスマスに忘年会、新年会… 何かと着飾る時期だから!!

ドレスカラー別パーティーネイル♥

パーティー続きのこの季節。ドレスの色をベースにしたスペシャルネイルをご紹介。指先のカラー＆デザインは、クローゼットの中で眠る黒やピンク、ホワイト、ネイビーなどのカラードレスと相談してみてね

PRESENT 17

指先がキラリと光る2種類のピンクベース



ビビッドなショッキングピンクとラメ入りの落ち着いたカラーが、華やかなピンクドレスのアクセントに
¥11,600 120分❶



ハードなブラックがパールでレディに♥

PRESENT 16

パールやビジューのついた黒のパーティードレスには、シルバーパーツとクリアストーン、パールをコラボさせてメリハリをプラス♥
¥10,800 120分❶

MERIが着用♥



PRESENT 18

真っ赤なドレスには淡いカラーがお似合い

赤いストーンを散らして、ドレスとの統一感を出してるよ ドレスの主張が強い分、ネイルカラーは控え目が◎。
¥8,480 120分❷



着飾った私のアクセサリーは爪先で光る"ドレスネイル"♥

TOKYO NADESHIKOブロガー
MERIさん
(35歳／東京都)既婚・子供なし

3色使いの上級者向けネイビードレスネイル



PRESENT 19

大人しくなりがちなネイビードレスには、指元を飾って華々しい印象に。ゴールドパーツを使ったデザイン性の高い柄がポイント♥
¥8,480 150分❷

PRESENT 20



プッチカラーで指先を着飾って華やかに遊ぶ♥

クリア×ホワイトのベースに、ピンクやブルーのカラーネイルをポイント使いしたよ。上品なイメージのホワイトドレスに合わせて
¥6,980《税込》 90分❸



PRESENT 21

薬指をリボンで飾った指先ジュエリー

暖色系やゴールド系ドレスと相性抜群の淡いオレンジをフレンチに。爪先のラメと左手薬指のパーツでゴージャスに♥
¥8,630《税込》 90分❸

PICK UP♥

❸ Florir
東京都港区六本木 4-1-19
第2サンケンビル3F
☎ 03-3403-5570
http://florir-nail.com/

❷ CARRY 渋谷店
東京都渋谷区道玄坂 2-25-9
ロマーネ80-3F
☎ 03-5784-9115
http://shop-carry.com/

❶ Nail Salon Glamb
東京都新宿区歌舞伎町
2-26-3 互福ビル地下2F
☎ 03-6457-3405
http://blog.crooz.jp/mpawcha/

※ネイルチップ用シールはご自身でご用意ください。

知らないよりも知っておいたらちょっとイイコトがあるかもしれません。

お姉さん新聞

2015 December 発行

PHOTO_Kazuki Yayama (BIEI)　**HAIR&MAKE**_Yuko Nozaki　STYLING__Yoko Tsutsui(PEACE MONKEY)
MODEL_Sayaka Araki, Rina Sakurai, Sayo Hayakawa



2010年11月のスタートから5年。
今号をもちまして、姉agehaは5周年を迎えることができました。
応援してくださったみなさんのおかげです♡

25歳だったコは30歳に、30歳だったコは35歳に。
私たちの知りたいことも世の中もちょっとずつ変わってきました。
その時々でみなさんに必要な情報をお送りできていたでしょうか?

2016年、また新たな5年のはじまりです。
お姉さん世代のみなさんが自分らしく輝くお手伝いができるよう、
これからも身近なヒントをお届けしていけたらと思います。

姉ageha編集部一同

(さやか) 黒レースワンピース¥9,800／DURAS　パールネックレス¥2,990／RESEXXY 渋谷109店　イヤリング¥2,500／ENVYM　(りな) 黒ペプラムベアトップ¥5,990／RESEXXY 渋谷109店　黒スエードショートパンツ¥7,990／GYDA 渋谷109店　イヤリング¥1,400／Grandedge 渋谷109店　チョーカー／スタイリスト私物　(さよ) 黒レース切り替えワンピース¥9,500／EGOIST ルミネエスト新宿店　ヴィンテージ シャネルのイヤリング¥39,800《税込》／Qoo

私たち、"ただの美人"じゃありません♥

私たちが気になるのは意外性のあるオンナ♥

「かわいい女」の上を行くのは意外な"ギャップのある女"！　多くの価値観の中でも埋もれない存在感の元となる魅力の傾向を、個性派集団の姉agehaモデルたちの性格を元に分析★　"内面もかわいい女"になるための参考にどうぞ😊

Part 1
時代はギャップ美人を求めてる♥

Case.1 ツンとしてそうなのに気づかい上手★

「美人でキリッとした雰囲気なのに、気さくで面倒見がいい」という沙世タイプ✧　誰にでも声をかけたり、積極的に場を盛り上げるパワフルさで頼れるアネゴキャラとしてひっぱりだこ！



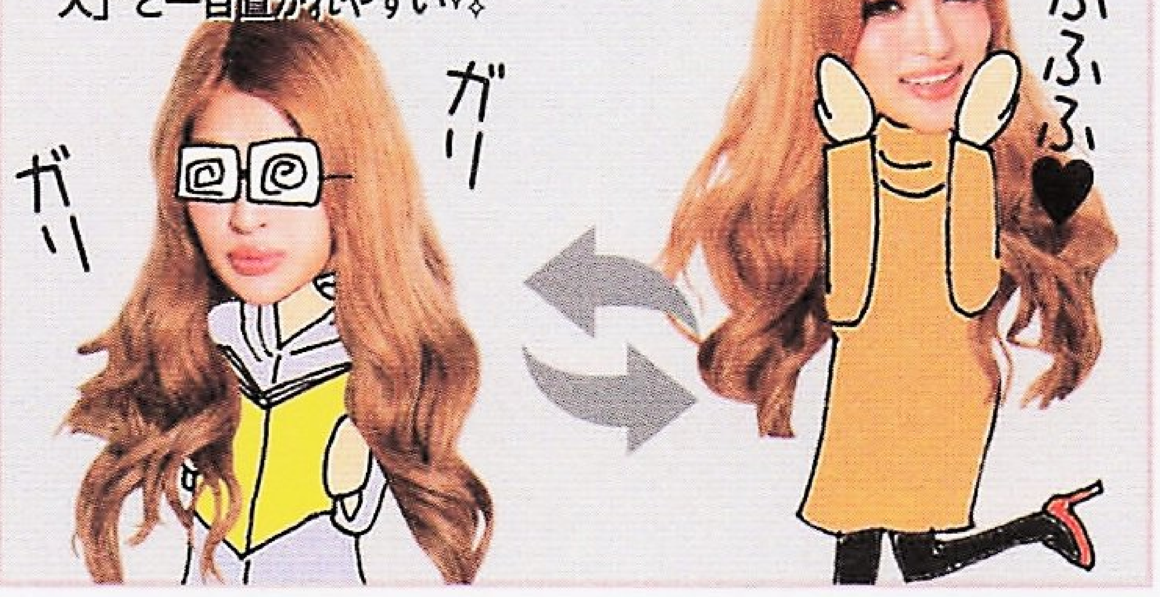
Case.2 物静かな人と思ってたら実はギャグセン高かった!

「人見知りで最初は静かだけど、親しくなると自分らしさを発揮する」というさやかタイプ♥　絶妙な笑いのセンスだけじゃなく、飾らない性格とバツグンの気遣い力も人気の源😊



Case.3 ゆるふわっとしてるのに影でコツコツ努力してる

「一見ふわっとしてるけど、仕事や自分磨きへの努力を惜しまない」優花タイプ★　成功までへの苦労や頑張ってます感を表に出さないだけに、周りの人から「デキる人」と一目置かれやすい✧



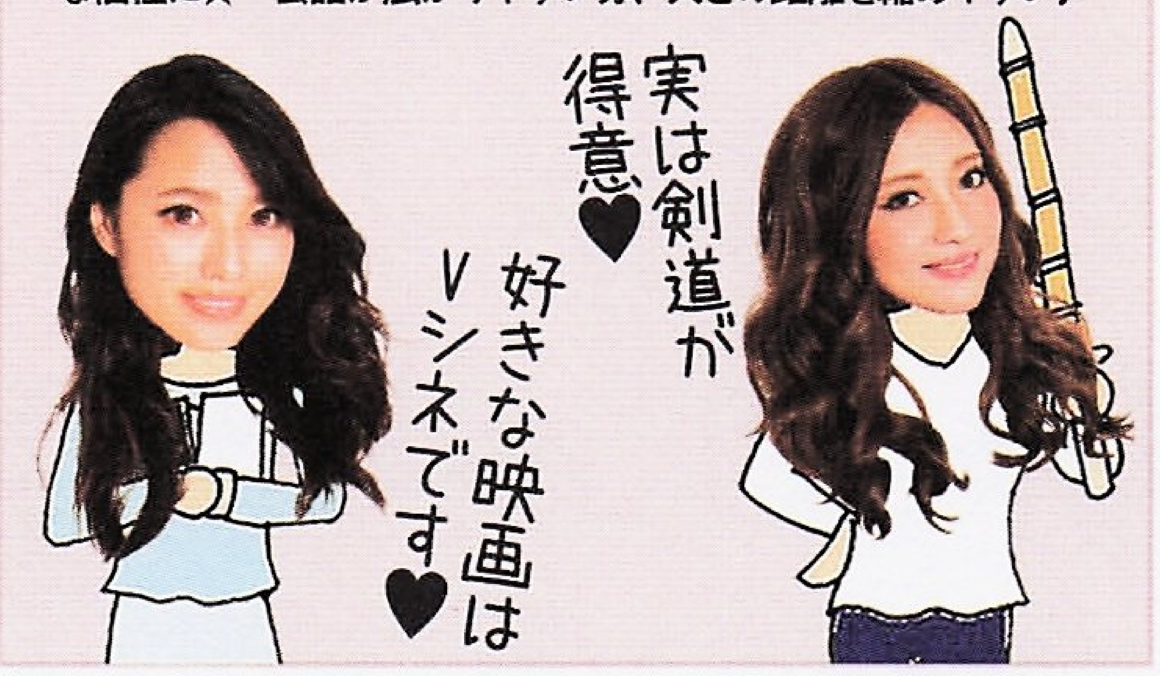
Case.4 ザ・女子って感じなのに中身は男前★

「女子っぽくておちゃめなのに実はサバサバ&しっかり者！」な佳那恵タイプ♪　自ら仕事を取りに行くバイタリティや男に媚びないたくましさで、ハンサムウーマン的な存在に★



Case.5 外見から想像のつかない意外な趣味や特技がある

「実は剣道有段者✧」という早紀やおっとり系なのに「Vシネやボクシングが好き♥」というけいこのような変化球的な趣味も強烈な個性に★　会話が広がりやすい分、人との距離を縮めやすい♪



Case.6 ハデでイケイケっぽいのに実生活は庶民的

「外で遊ぶ時だけハジける」莉菜タイプ♥　家ではカップラ&プチプラコスメ&コンビニ漫画三昧。ハデと地味の落差がネタになるうえ「私もそれ好き♥」という共感も得やすい😊



男女問わず好感度の高いギャップのあるオンナとは!?

外見とは一味違う内面的な魅力の持ち主。第一印象で持たれたマイナスイメージをひっくり返して人気者になる人も★

なぜ WHY? ギャップのあるオンナは世の中の男女から注目されるのか!?

印象がどうとかの前に存在が忘れられない（なっしーさん・33歳）

自分と住む世界が違っても趣味や食べ物の好みなどの共通点があると親しみがわく（まりんさん・28歳）

強い女が弱気になるとか、普段との違いを見るとグッとくる（たっつんさん・33歳）

内容にもよるけど単純におもしろいから（リョーコさん・31歳）

引き出しが多そうだともっと話してみたくなる（ケンイチさん・38歳）

世間の声を分析すると「意外性＝強い個性」として印象に残るからとのこと。「面白すぎて自然と目が向いてしまう」という声も😊

逆に… ガッカリされがちなマイナスのギャップとは?💧

- 美人なのに言葉遣いが汚い💧
- 身なりはキレイなのに時間や約束にルーズ💧
- いつも笑顔なのに会話は悪口ばっか💧
- 男の前だと態度がガラッと変わる💧

悪い意味で強烈な印象を残してしまうのがこれらのギャップ💧　第一印象が良くてもたちまちゲンナリされてしまうので気をつけて！

私たち、第一印象で『性格悪そう』って言われる率高いです♥

緊急調査
姉agehaモデルの クイーン・オブ・ギャップは誰なのか!?

姉agehaに出ているモデルたちに、「ギャップのあるコは誰？」とアンケート！　その結果と意見をご報告♥

Entry.2 早川沙世
（専属モデル・32歳／東京都）



しゃべりは めっちゃ得意♥

オンナっぷりがいいのに豪快&世話焼き上手★

「気さくで面倒見が良くて仕事もバリバリ。プライベートも充実してて本当に尊敬♥」（美和子）、「怖いかなと思ってたら、フレンドリーですごく優しい♥」（みどり）、「甘い顔してるのに男っぽい。アネゴって感じ（笑）」（早紀）、「とにかく頭の回転が速い!!」（MERI）

Entry.1 荒木さやか
（専属モデル・30歳／東京都）



声は低いけど オカマちゃうで

強めに見えて心はやわめ友達思いのアツい奴✧

「強そうに見えるけど意外と押しに弱い♥」（莉菜）、「カッコつけないコ。変顔するとかファニーなトコも好き♥」（祐香）、「第一印象だと人見知りっぽい感じだけど、すごく気を遣える人」（MERI）、「話してみると情が深い。周りの人をすごく大事にするコ★」（沙世）

Entry.5 美咲
（Vivianカラコンアドバイザー・32歳／東京都）



「何でもいいよ」が口ぐせ♥

見た目はクール、中身はふんわり癒しキャラ✧

「キレイだから怖いかなと思っていたら、メチャメチャ気さくだしチャーミングだった♥」（咲）、「見た目はキリッとしてるけど、話すとふわふわ♥　そしていつも大らか♪」（MERI）、「中身もしっかりしてる」（祐香）

Entry.4 MERI
（主婦&TOKYONADESHIKOブロガー・35歳／東京都）



ネットスラング もフル活用♥

絶妙な言葉選びと外見とのギャップにみんな爆笑

「クールかと思いきや、めっちゃ明るくておもしろくていい人♥」（佳那恵）、「見た目とおもしろさのギャップがハンパない！　ナイーブで傷つきやすい面もある分、人の気持ちもよく考えてあげられる人♥」（祐香）

Entry.3 桜井莉菜
（専属モデル・32歳／東京都）



酒もタバコも やらへんで！

ハデだけど中身はマジメピュアな心の持ち主✧

「すごく自分を持ってて、しっかりしてる」（みどり）、「めっちゃ純粋で一途✧」（りえ）、「夜遊び好きなのに、タバコもお酒もやらないのにビックリ！　こだわりと自分を持ってるところがステキ♥」（MERI）

Entry.8 古橋綾香
（歯科医療事務育休中・32歳／東京都）



晩酌はビールか 焼酎緑茶割り♥

おっとり上品な印象でも話すとノリノリ系♪

「お嬢さんっぽいのに、意外に元気っコでかわいい♥」（愛美）、「美人で開業医の奥様なのに、意外とオヤジくさいものが好き（笑）。親しみやすい内面も魅力的です♥」（けいこ）

Entry.7 水野祐香
（ライター&TOKYONADESHIKOブロガー・36歳／東京都）



辛めな意見も ハッキリ言うよ

やさしい笑顔の癒し系★甘めだけど芯は強め！

「ゴンギャル時代が想像つかないレベルのふんわりさ。マシュマロ並み♥」（加賀美早紀）、「ふわっと明るいけどしっかり者。大切な人への愛情が深い、太陽みたいな人★」（MERI）

Entry.6 杉山佳那恵
（専属モデル・30歳／東京都）



ミニオンと パチスロ好き♥

キャラクター好きなのに趣味や遊びは男子っぽい

「かわいいのに実はギャンブラーという部分（笑）」（りえ）、「おもしろいしマメ！　努力家だと思う」（MERI）、「大人っぽいのにかわいいグッズやパチンコ好きなトコ♥」（優花）

＼今回はノミネートを逃したけど／

私たちも ギャップがあるって言われてます!!



注:自己申告です♥

「特に誰かに話す機会がなかっただけ」という、みんなの意外な個性&キャラを大発掘♥　その一部を紹介します

アピールタイムスタート♥

私、ボカロやV系が結構好きなんです♥

友達のカラオケを聞くうちにどハマり。ボカロは『6兆年と1夜物語』や『千本桜』、V系はジャンヌダルクの『ヴァンパイア』。テンション上がる！



北新地バニラ勤務&アパレル会社代表（29歳／大阪府）独身・子供なし
まなかさん

私、スーパーマリオオタクです♥

マリオにハマり過ぎてヤバイ✧　あのBGMで踊れるくらい好き♪　DSのソフトは全部クリア済み！　新しいソフトが出るのがすっごく待ち遠しい♥



ダンサー（26歳／東京都）独身・子供なし
RIRIさん

私、昔、野球チームに入ってました♥

小学生の頃、体力作りのため地域の硬式野球チームへ入部。練習以外の日も走り込みやキャッチボールをしてた　バッティングは今も得意だよ✧



専属モデル（25歳／東京都）独身・子供なし
小原優花

私、Youtuberでゲームの実況やってます♥

「るる氏のゲーム実況」というチャンネルでパズドラやモンストの攻略動画を上げてます★　編集もこだわってやってるので興味のある方はぜひ♥



ゲーム実況youtuber（24歳／東京都）独身・子供なし
るる氏さん

私、弓道で全国大会に出たことあります★

胸が大きくなるという噂とハカマ姿に惹かれて中2で弓道部へ★　全国大会に出たのは高2のとき。超充実してたけど胸はそれほど大きくならず（笑）。



時計デザイナー（32歳／東京都）独身・子供なし
山崎みどりさん

私、マンガやアニメにハマりやすい体質です

ハマるととことんのめりこむ！　ワンピースはパズルやフィギュア、DVDのROMコレクションも買った♪　最近はのだめカンタービレに超夢中



芸能プロダクション代表取締役（25歳／埼玉県）既婚・子供なし
菜摘 梓さん

私、足がめっちゃクサいんです

物心ついたころから超臭くて、いろんな対処法を研究中　以前、自分の靴の中で虫が死んでたことがあった　これもニオイのせいなのかな…？



芸能プロダクション運営（29歳／千葉県）バツイチ独身・息子2人
鈴木愛美さん

これさえおさえておけば間違いない!!

カラオケリスト十八番（おはこ）

Part 2
何かと人が集まる年末年始♡

年末年始、忘年会やら新年会やらでカラオケに行く機会も多いはず。そこで、カラオケが大好きなお姉さんたちに、ジャンル別のオススメソングを聞いちゃいました♥　マイク片手に今すぐ歌いたくなる“姉的セットリスト”だよ✧

PHOTO_Hirofumi Yamashita(f-me)　HAIR_Chiharu Koya　EDIT＆TEXT_Mai Komuro



北新地バニラ勤務＆美容会社社長（29歳／大阪府）独身・子供なし
まなかさん

主婦（26歳／福岡県）既婚・子供なし
西澤友希さん

ヨガインストラクター（29歳／東京都）独身・子供なし
真優川 咲さん



歯科医療事務育休中（32歳／東京都）既婚・息子1人
古橋綾香さん

Q.1 絶対に盛り上がる曲は？

第1位 R.Y.U.S.E.I.
三代目 J Soul Brothers from EXILE TRIBE

'14年に発売されて以来、“ランニングマン”ブームはまだまだ健在!!　覚えやすいリズムとサビに入る合いの手が、盛り上がる曲に選ばれたポイント♥

第2位 BLUE BIRD
浜崎あゆみ

第3位 恋するフォーチュンクッキー
AKB48

2位はみんな大好きayuのサマーナンバー　爽快感のある「サビが好き♥」っていうのが全員一致の意見だったよ♪　3位は、振りを覚えてみんなで歌いたいAKB48の曲がランクイン。ダンスはとっても簡単だからその場でマネてもOK♥

Q.2 誰かを励ましたい時にオススメの曲は?

第1位 Best Friend
西野カナ

女友達を励ましたい時は、西野カナ初のガールズフレンドシップソングで♥　照れくさくて言えないことも、歌なら伝えられるのが人気の理由

第2位 何度でも
DREAMS COME TRUE

第3位 元気を出して
竹内まりや

お姉さんたちの励ましソングは、歌詞にメッセージ性の強い曲が多いみたい。ドリカムの『何度でも』は「歌ってて自分も元気になれる✧」という声も。失恋したばかりの友達には、竹内まりやでしっとりと歌い上げるのがオススメ



イベントコンパニオン（31歳／東京都）独身・子供なし
奥山絵里奈さん

時計デザイナー（32歳／東京都）独身・子供なし
山﨑みどりさん

Q.3 落ち込んだ時に歌う曲は？

第1位 366日
HY

「落ち込んだ時は、トコトン落ち込むに限る!!」そんな意見が多かったHYのバラードが1位に。高音をしっかり歌い上げればストレス発散に♪

第2位 Get Myself Back
安室奈美恵

第3位 Dear…
西野カナ

安室ちゃんのナンバーは、新しいスタートを切るための応援歌✧　これを歌うと「前向きになれる」という歌詞がお姉さんたちのツボに♥　3位は切ないバラード。「恋で悩んだり落ち込んだりした時は西野カナ」が鉄板



ダンサー（27歳／東京都）独身・子供なし
RIRIさん

Q.4 恋しちゃった時に歌いたい曲は?

第1位 Darling
西野カナ

1位は彼との幸せな日々を綴ったキュートなラブソング♥　「彼のことを思い浮かべながら歌ってます♥」というハッピーなコメントも

第2位 CHE.R.RY
YUI

第3位 未来予想図Ⅱ
DREAMS COME TRUE

「好きな人ができた時に歌う♥」というYUIのナンバーが2位に　片思いの時のキュンとなるメッセージが詰まった1曲✧　26年前にリリースされて以来、王道ラブソングとして世代を超えて君臨するドリカムの曲もランクイン♥

Q どんな時にカラオケに行く？

第1位 酔っぱらったら歌いたくなる♥
「お酒が入るとカラオケに行きたくなる」という声がダントツの1位でした✧　最近ではカラオケのあるバーも増えてるから、そういうところを利用する人も

第2位 ストレスを発散したいとき
理由は、「イライラした時や、嫌なことがあった時に声を出したいから」。ストレスは、騒いで発散させちゃおう!!

第3位 ただ歌いたいから行く!!
「1軒目からカラオケで飲んで歌う」という遊び方も　この回答をした人は、女友達と少人数でというのがお約束✧

Q カラオケに行く頻度は？

平均3回／月

1~2週間に1回という人が多かったよ　最低月1はみんな歌いに行くという回答のなかで、「週3回は行く！」というお姉さんも✧





ちょっと教えて みんなの十八番♡

名前	曲	アーティスト	コメント
美咲	CAN YOU CELEBRATE？	安室奈美恵	結婚する友達とカラオケに行った時は必ず歌うよ♪
MERI	Anytime smokin' cigarette	globe	タバコは吸わないけど、歌うだけでストレス発散に
みどり	帰りたくなったよ	いきものがかり	挫けそうになった時、地元の友達を思い出して歌う✧
RIRI	BLUE BIRD	浜崎あゆみ	だんだん盛り上がってサビに入ってくリズムが好き♥
明日香	糸	中島みゆき	ドラマ『聖者の行進』をずっと見てて好きになった
綾香	未来予想図Ⅱ	DREAMS COME TRUE	ブレーキランプでのサインに憧れた時期があったよ
まなか	Dear	中島美嘉	大好きなアーティストだから復活して嬉しかった✧
咲	LOVER SOUL	JUDY AND MARY	ちょっと前にカラオケで歌って再熱した一曲です
美和子	I BELIEVE	華原朋美	中学の時から20年間、ずっと歌い続けてる曲です♪
七瀬	にじいろ	絢香	連続テレビ小説「花子とアン」を見てて好きになった。
佳那恵	Baby Don't Cry	安室奈美恵	この曲の安室ちゃんが街中を歩いてるPVが大好き♥
愛美	Voyage	浜崎あゆみ	サビの歌詞を聞くと幸せになろうって励まされる✧
奈々	三日月	絢香	絢香の曲は、声の高さが合うから歌いやすくてイイ♥
あい	Days	浜崎あゆみ	片思いの切ない歌詞が、何回歌っても泣ける曲です
絵里奈	創聖のアクエリオン	AKINO from bless4	友達みんなでカラオケの時はアニソン祭りしてます✧
かすみ	Break Free (ft. Zedd)	Ariana Grande	カラオケに行ったら基本、英語の曲ばっかりだよ

アプリを駆使するデジタル派 VS 手書きを愛するアナログ派

どっちの手帳SHOW

お姉さんたちの手帳事情をリサーチしてみたら、半分以上が携帯アプリ派と発覚!! 自分に合う方法を見つけて新年からのスケジュール管理に役立てよう♥

PHOTO_Yamabe Emiko　HAIR_Masahiro Niitsu、Mayumi Yamada（Charme）　EDIT&TEXT_Yuriko Isayama

お姉さん30人に聞きました

どうやってスケジュール管理してる？



Part 3
一年の計は元旦にあり♡

携帯アプリを使っている人多数！ 手帳派に並んで意外に多かったのが携帯も手帳も使う両刀派♥

デジタル派　アプリ派のお姉さんが使ってる イチオシアプリは？

全部無料でダウンロードできるものばかり♪
お姉さんがリアルに使ってるアプリはコレ！

一番人気は

stampカレンダー

私たちも使ってます！



主婦（25歳／東京都）バツイチ独身・娘１人
松岡明理さん



主婦（25歳／東京都）既婚・娘２人
川端さきさん



可愛いスタンプをドラッグして埋め込んでくの♪

カレンダーの下にあるスタンプを指で押さえて、予定のある日付のところにドラッグして持っていくとスケジュールを登録することができちゃう♥ 簡単だしかわいいし、超便利だよ♪



専属モデル（東京都／30歳）独身・子供なし
加賀美早紀

ペタットカレンダー



サロン・ド・8carat経営（34歳／東京都）バツイチ独身・娘１人・息子２人
若林奈緒さん

事前通知のおかげで忘れる心配なし！

スタンプをドラッグしてカレンダーにはめるだけ♪ スタンプが可愛くてスケジュールを入れるのが楽しみになったよ♥

Moca



BATIS勤務（27歳／広島県）独身・子供なし
矢野ユウキさん

手帳はシンプルイズベスト！

昔は可愛いのが好きだったけど、今は超地味でもいいからシンプルなのが一番！ 祝祭日が書いてあるのは意外と少ないので何かと便利です♪

URECY



渋谷ラ・ブージュデンタルクリニック院長（33歳／東京都）　独身・子供なし
木村美和子先生

一緒に仕事しているチームで共有できる

グループに登録すればスケジュールを仲間と共有できちゃう！ クリニックの仲間と使っています。いつか特別な誰かとふたりで使いたい♥

コレットカレンダー



レーサー休業中（29歳／東京都）既婚・妊娠9カ月
神子島みかさん

予定も書けるし日記も書ける♡

予定はもちろん日記や写真や天気など、スッキリまとめて管理できるスケジュール手帳アプリ♪ スタンプも可愛い♥

姉's VOICE

携帯アプリ

♥荷物がかさばらないから断然アプリ派♥（専属モデル／早川沙世）

♥無料でダウンロードできておトク♪（レーサー休業中／神子島みかさん）

手帳

♥古い手帳は宝物、見返すと楽しくて捨てられない♥（専属モデル／けいこ）

♥ポイントカードとかいろいろ挟めて便利。（専属モデル／桜井莉菜）

W使い

♥荷物が多い日には、手帳はおうちでお留守番！ 携帯アプリを賢く利用♪（芸能プロダクション運営／鈴木愛美さん）

W使い派　携帯カレンダー × 家用カレンダー



ダンサー（東京都／27歳）独身・子供なし
RIRIさん

職業柄、管理は徹底しています✧

「基本は携帯のカレンダーで管理♪ でも万が一なくしても安心なように家のカレンダーも使ってリスクヘッジ。

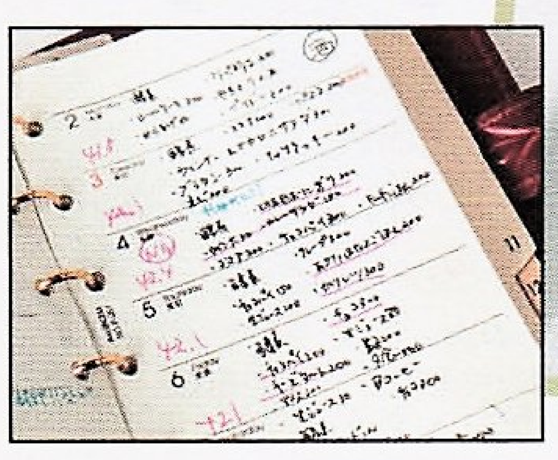
VS

アナログ派　手帳派のお姉さんに聞いた！ 私が手帳を愛する理由♡

デジタル化が進んだって、手書きの手帳を愛用するお姉さんもたくさん♪ その理由に迫ってみました。

「書くダイエット」になるから

8年前くらいにバイトで稼いだお金ではじめて買ったヴィトンの手帳。中は詰め替え式になっているから便利。ここ数年やっているのがレコーディングダイエット。朝、昼、晩、食べたのもと一言コメントを書き込んでるよ★



今週はお酒を飲みすぎたから来週は断酒しよう！ とか、目標も立てやすいよ。



芸能プロダクション運営（25歳／埼玉県）既婚・子供なし
菜摘 梓さん

「愛のお守り」だから♥

3年前に当時はまだ彼氏だった旦那さんが買ってくれたmiumiuの手帳♪ 中が詰め替えられるタイプだから無印良品のやつを買い換えて使ってるよ♥ 彼との思い出の写真やお守り、ちょっとした日記まで全部書いちゃってるよ♪



美容院経営＆アクセサリーデザイナー（28歳／東京都）既婚・子供なし
大城あいさん



中を開けたら旦那との写真がいっぱい♥ お守りも一緒に入れていて、運気もアップ〜!!

年末年始を利用して長年のコンプレックス解消！

高須クリニック
高須幹弥先生が詳しく解説！

一週間でプチ変身できる施術♥

Part 4
ラインの埋もれない目になりたい♥

2015～2016年の年末年始はなんと9連休！　今回はこの休みを利用してできる、一週間以内で腫れや痛みなどが落ち着く施術をご紹介♪　休み明けにキレイになれれば、より前向きに新年をスタートできるはずです♥

PHOTO_Ryota Hamaguchi(ROCO STUDIO),Satoshi Ohmura[AFTER]　EDIT&TEXT_Shioka Soga

私におまかせください！



二重施術デビューならやり直しも可能な**埋没法**がおすすめです！

高須クリニック名古屋院院長
高須幹弥先生

美肌治療、プチ整形、目鼻、若返り、豊胸施術、脂肪吸引、エラ・アゴ・頬骨削りなど、オールマイティーに美容外科全般の治療を担当♥

DATA

埋没法（2針固定）

施術時間：**10分**

価格：**片目¥90,000、両目¥170,000**

ダウンタイム：**3日～1週間ほど**

痛みや腫れが少なく、短時間で低料金♥　気軽に目の印象を変えられる、手軽な施術が埋没2針固定法！　幅広二重を作りたい方や、脂肪が多くまぶたの皮膚が厚い方などにおすすめです。

埋没法体験レポ



荒木さやかちゃんみたいな**幅広平行二重**が憧れ♥
幹弥先生、私の目でもなれますか!?

二重は二重なんですけど…幅がかなり狭くて毎朝アイプチが欠かせない💧　埋没法が気になってたんですが、私の目でも幅広平行二重になれるかな…!?　連休を利用して３日間の休みを確保しました♪

会社員（25歳／千葉県）
独身・子供なし
森山なつみさん

施術後の経過を実写！

翌日



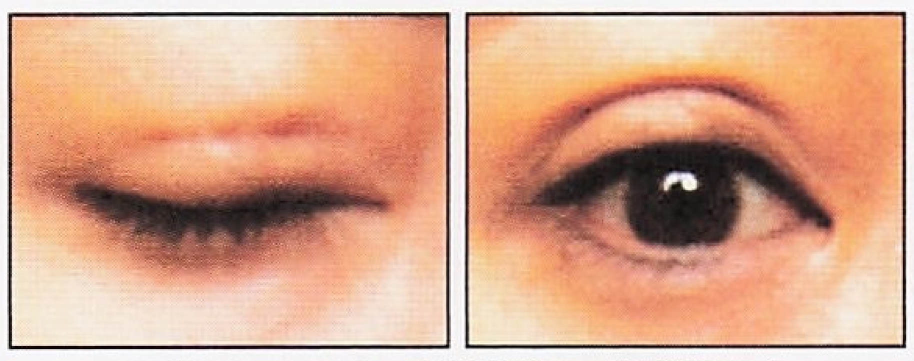
腫れてるけど痛みはそんなに感じない程度でひと安心♪　まぶたが重いのでひきこもり

2日目



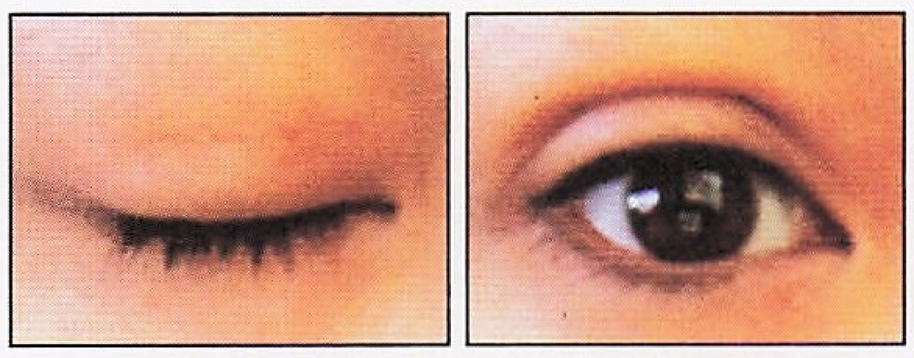
痛み止めの薬は服用しつつ、家で目を休める
目には触れず念のため洗顔も控えました★

4日目



3日目からメイクして会社出社♪　若干腫れはありますが、メイクするとほとんど目立たない

6日目



メイク落としはやさしく、洗顔時にもソフトに泡を転がすように♪　経過はかなり順調です！

8日目



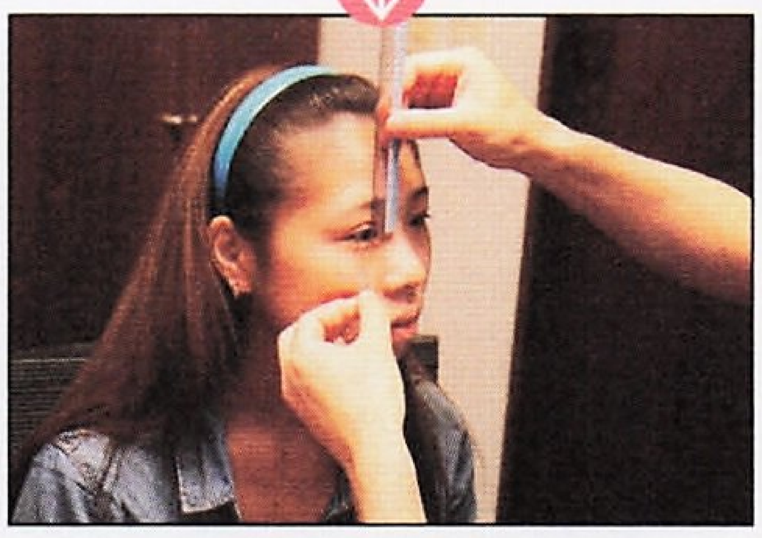
腫れも二重幅ラインもだいぶ落ち着いてきた✧
閉じた状態の傷痕も目立たなくなった感じ★

埋没法の流れ

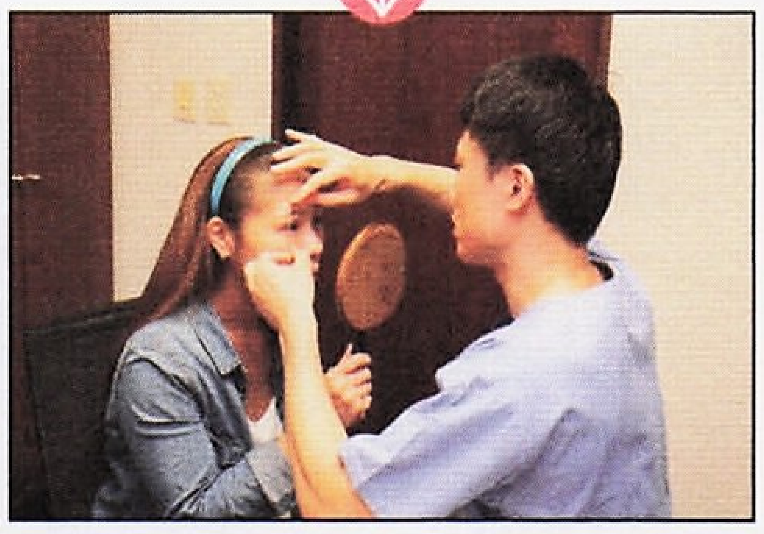
❶カウンセリング



二重幅を1㎝にしたいと伝えたら「埋没法で1㎝だと定着しづらいし腫れるので、狭くしましょう」と先生からアドバイス



自然な仕上がりになるのは7㎜前後とのこと！　私のまぶたは脂肪に厚みがあるので、その重みで幅が狭くなるリスクもあるみたい💧

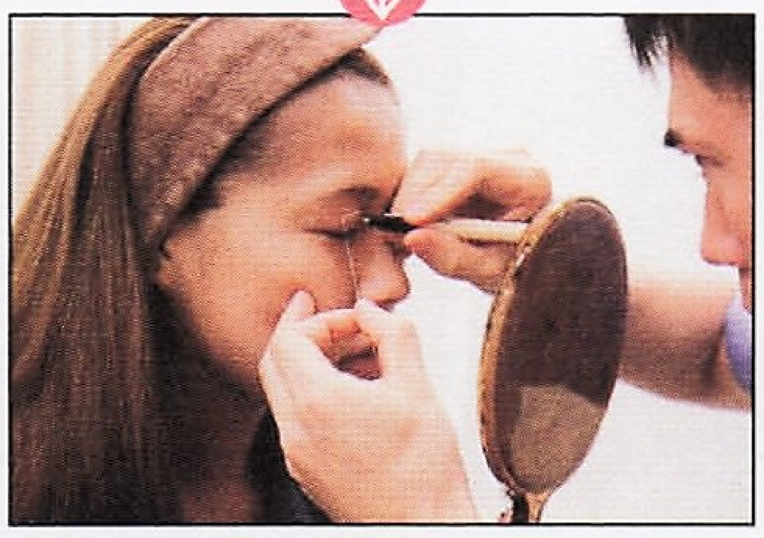


ブジーという針金で7㎜幅をシミュレーション！　3日間の休みで腫れが落ち着くこと、自然に見えることも考慮して7㎜に決定

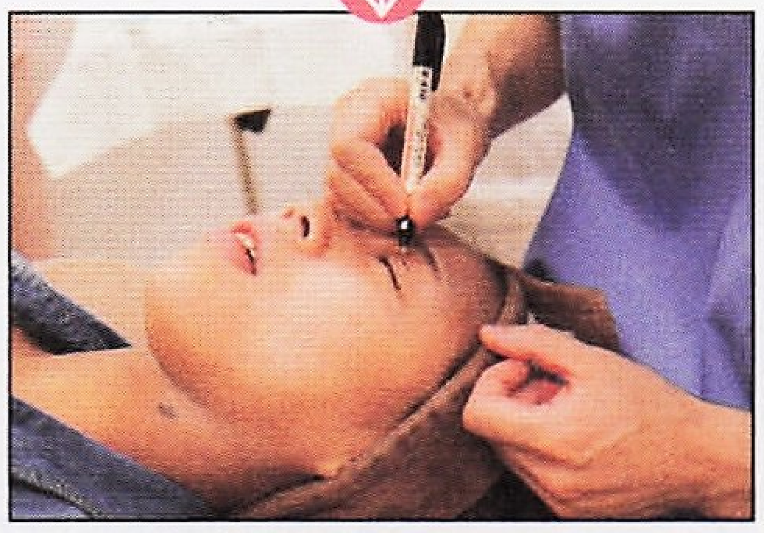
❷塗り麻酔・マーキング



手術前に麻酔クリームをまぶたに塗布。施術内容と体質で塗布する量や範囲を調整してくれます。痛みに弱い場合は事前に申告を！



カウンセリングでヒアリングした希望ラインを最終チェック！　ブジーで作った7㎜幅の二重ラインをマーキングしていきます。



さらに寝た状態でまぶたのカーブをデザイニング！　左右の目で大きさや形も異なるので、バランスを見ながら丁寧に行います。

❸局所麻酔・施術



施術中、痛みを感じることがないように局所麻酔をします。事前に麻酔クリームを塗っているので、注射針の痛みもわずか✧



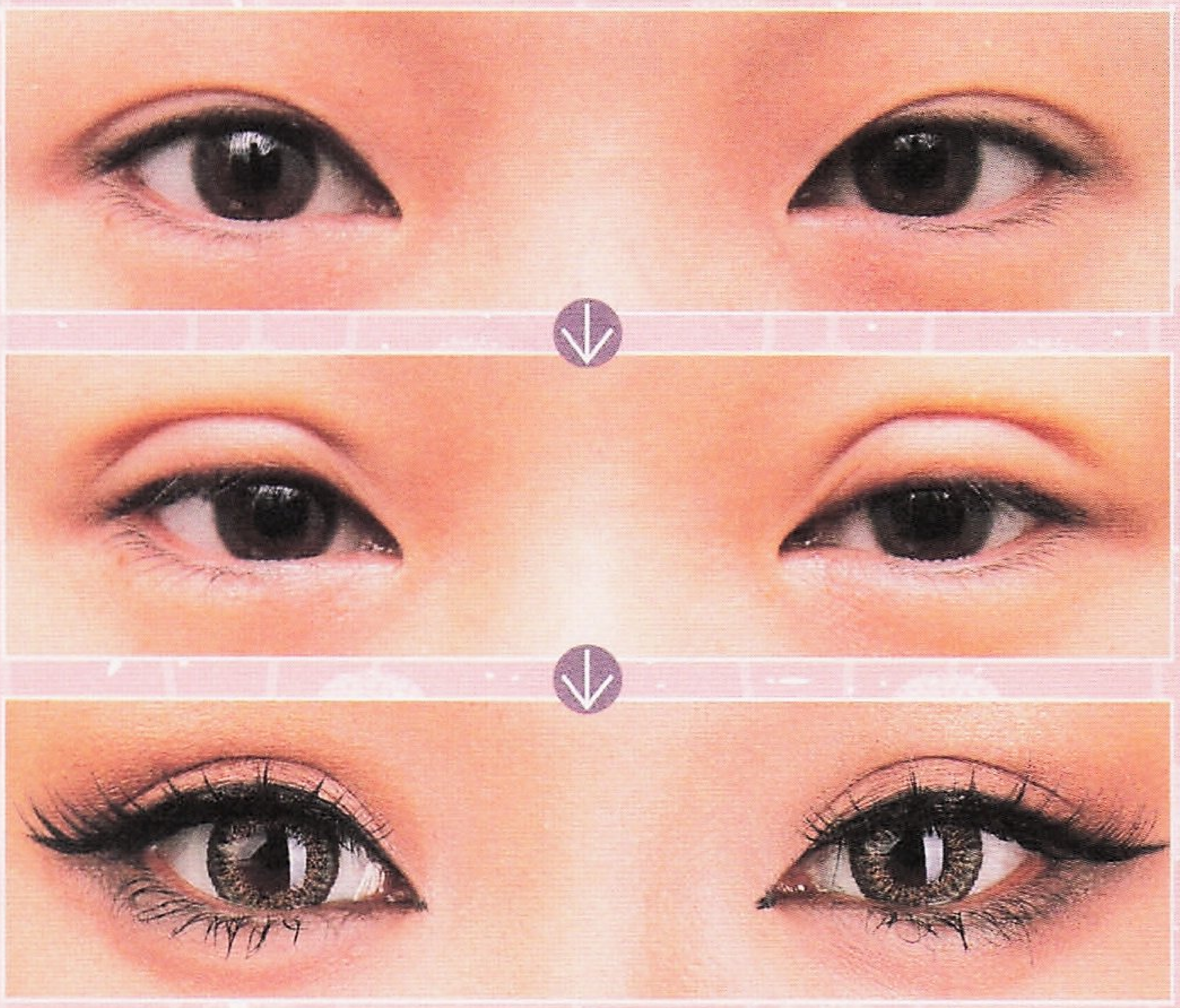
麻酔が効いてきたら施術開始！　まぶたの裏側から特殊な糸を使って、作りたい二重幅のラインにそって2カ所留めるだけとシンプル



施術の後は約10分前後、手術箇所をアイスノンでしっかり冷やします。冷やすことで腫れを最小限に抑えることができるそう♪



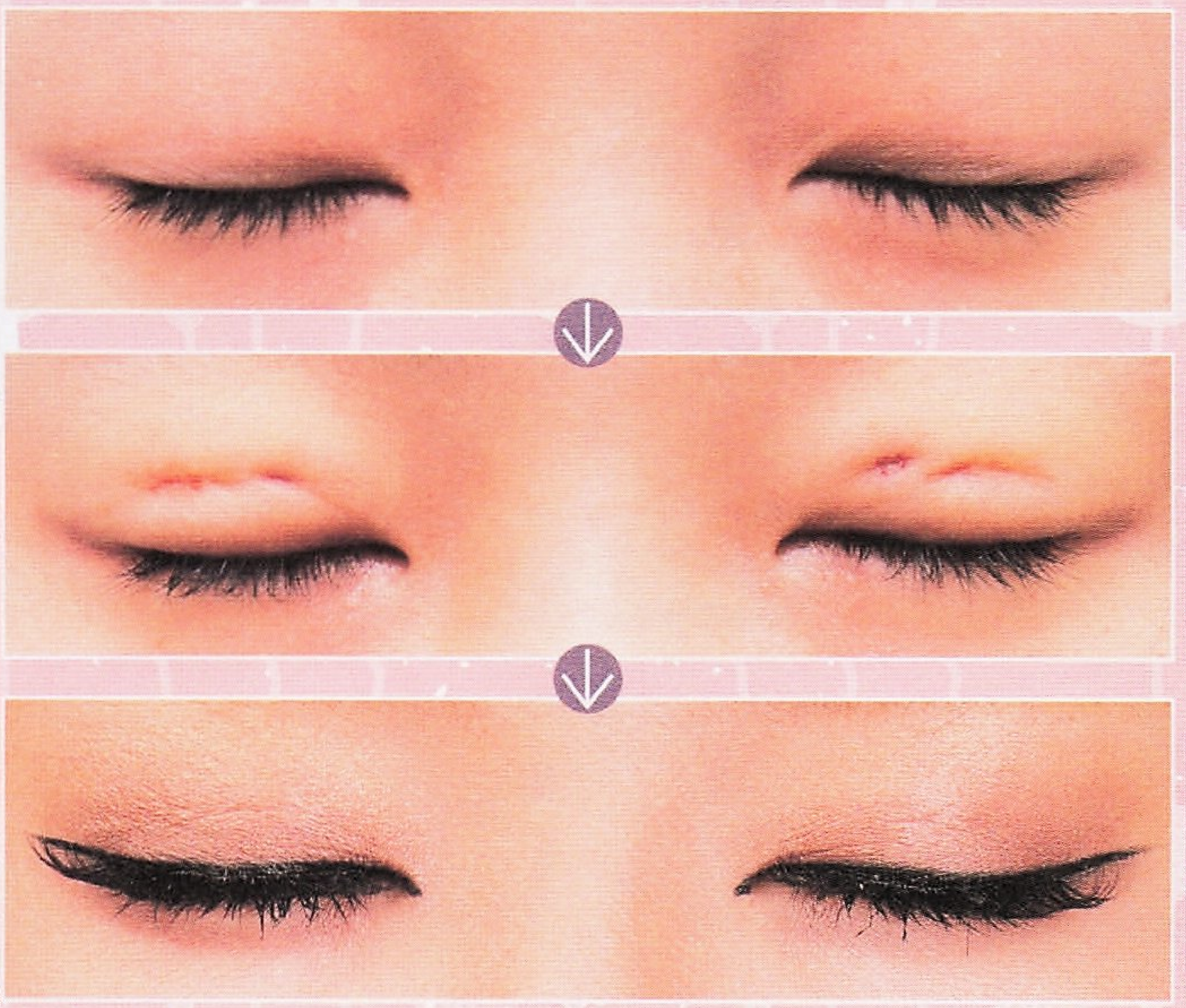
OPEN



施術前 → 施術直後 → 10日目

目頭から二重幅が定着してキレイな幅広平行二重が描けてる♥　まだ若干むくみはあるけど1カ月後には落ち着くそう。埋没は約3カ月間、経過を見ることが大切みたい✧

CLOSE



施術前 → 施術直後 → 10日目

術後にぷくっと腫れていた傷痕が10日後にはすっかりなじみました！　メイクで隠れるし、ノーメイクでもほとんどわからないくらい♪　むくみも気になりません✧

高須クリニック 名古屋院



☎0120-5587-10
(9:30〜22:00まで受付　※日・祝は21:00まで)
愛知県名古屋市中村区名駅4-7-1
ミッドランドスクエア8F
10:00〜19:00 無休
http://www.takasu.co.jp/

人生初の
埋没法を経験して…

毎朝10分くらいかかってたアイプチの時間がなくなってノンストレス♪　会社でも「なんか違う！」って言われたし（笑）。アイラインがキレイに描けるし、もっと早くやればよかった!!

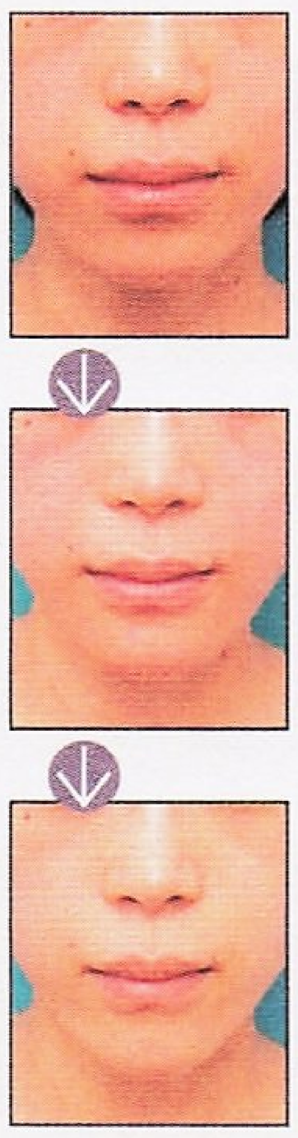


ほかにもある！ 一週間でプチ変身できる施術3

ダウンタイムがほぼ一週間で落ち着く顔の施術、実はこんなにあるんです♥

あごを前に出して理想の横顔へ！

あご形成（シリコンプロテーゼ）



施術前：20代女性。あご先をシャープにという希望で斜め下気味に出すことに♪

1週間後：厚み約7㎜のシリコンプロテーゼを、口の中からあごの骨膜下に留置。

6カ月後：口元が前に出て、相対的にあご先が引っ込んでいたのが改善されました。

¥350,000

フェイスラインに合わせて理想的なあごの形にカットしたシリコンプロテーゼを、下唇の裏側約2〜3㎝を切開して挿入。口の中の粘膜は傷の回復が早いので、術後の傷痕もまったく気になりません。小顔効果もあります♪

こんな人におすすめ！
- ♥あごを前に出したい方
- ♥シャープなあごを手に入れたい方
- ♥半永久的に定着させたい方

鼻筋の通ったメリハリのある顔へ！

隆鼻術（シリコンプロテーゼ）



施術前：20代女性。厚さ約3㎜、長さ約4㎝のシリコンプロテーゼを使用♪

1週間後：眉間から鼻根部・鼻背にかけて施術。少しだけ腫れが残っています★

4カ月後：腫れもほぼ引き、より目鼻立ちがはっきりして立体感のある顔に！

¥350,000

高須クリニックでは安全性が高く、自然に仕上がるI型プロテーゼを使用。鼻の穴を切開するので傷痕が目立たないし、皮膚にも負担がかかりません♪　目と目の間くらいから鼻先の上までを理想の高さに調整することができます！

こんな人におすすめ！
- ♥鼻筋を通したい方
- ♥目と目が離れて見える方
- ♥半永久的に定着させたい方

ひと回り大きな切れ長の目へ！

目頭・目尻切開



施術前：20代女性。目頭を約2㎜内側に、目尻を約1.5㎜外側に切開。

1週間後：腫れも落ち着き、抜糸をしたので翌日からアイメイクもOKです♪

4カ月後：目と目が離れている印象がなくなり、バランスが良くなりました♥

片目各¥125,000
両目各¥250,000

目頭から上まぶたにかぶさっている蒙古ひだを切開することで、目の幅を広げる施術が目頭切開。目尻切開も同時に行えばより効果的！　黒目がはっきり強調されます♪

こんな人におすすめ！
- ♥目と目が離れて見える方
- ♥目を大きくしたい方
- ♥切れ長の目にしたい方
- ♥半永久的に定着させたい方

※効果に関しては高須クリニックのデータになり、術後の痛み・腫れ・効果には個人差があります。価格についても高須クリニックの目安になります。

掃除グッズ、洗剤、服の処分法まで♥

＼年末の大掃除で大活躍！／

お姉さんのお掃除知恵袋

Part 5
キレイ好きは美人のはじまり♥

いよいよ年末の大掃除シーズンの到来！　隅から隅までピカピカに掃除をすると、お部屋も心もすっきりするよね♥　お掃除上手なお姉さんたちに聞いた、今注目のお掃除アイテム&テクが集結！　年末の大掃除をバージョンアップさせて♪

PHOTO_Nobuyuki Sasaki,Emiko Yamabe HAIR_Masahiro Niitsu,Mayumi Yamada (Charme) EDIT&TEXT_Yuriko Isayama

お掃除知恵袋 1

重層マスターで3児の母のベテラン主婦！　けいこさんが伝授✧

重曹は大掃除の万能アイテムです♥

掃除には重曹を使うのがお気に入りのけいこさん♥ 重曹掃除の魅力についてたっぷり教えてもらったよ♪

子供たちのためにも安全重視でお掃除♥

昔は洗剤にまでこだわらなかったけど、母親になってからは環境や人にも優しい成分のものを自然に選ぶようになりました♥　そんなときテレビで重曹掃除の特集をやっていて、試しにキッチンを磨いたら、ピカピカになって感激！　以来掃除には欠かせません。重曹は口に入れても大丈夫な成分なので、小さい子供がいるおうちでも安心です。それにうれしいのは余った重曹で「重曹美容」を楽しめること♥　お風呂の入浴剤として使ったり、唇のケアに使ったり重曹って美容にもいいんです♥　そんなこんなで私はいつも大量に使うので、ネットでまとめ買い。100均や薬局でもカンタンに手に入るから、ぜひ試してみて♥

そもそも重層って何？

重曹とは炭酸ナトリウムの白い粉で、ベーキングパウダーの主成分でもあります。清掃用、食用、薬用の3種類があって、研磨作用や消臭・吸湿作用、発泡・膨張作用などいろんな効果があるよ♪

活用術1

壁や冷蔵庫には重曹スプレー✧

水100mlに対して小さじ1杯の重曹を混ぜて作るよ★　壁や床にシュッとかけて拭いたらピカピカに♪



活用術2

コンロには酢×重曹×ラップ

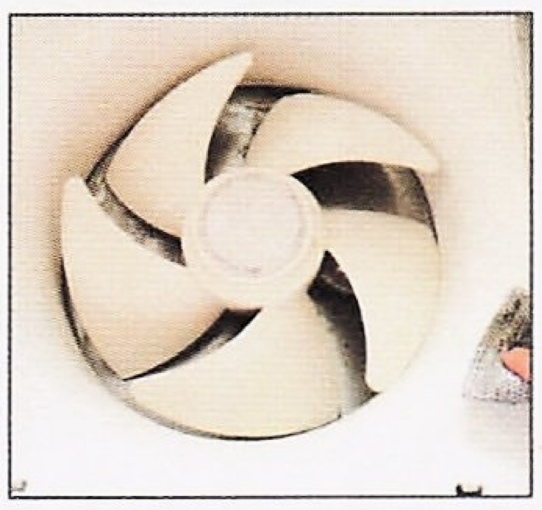
出かける前に酢と重曹を油で汚れたところにかけておいたら、シュワっと発泡しながら汚れが浮いてくる！



活用術3

シンクや換気扇には重曹フリフリ♪

シンクや換気扇には重曹をふりかけるだけ♪　数分置いて拭き取ると、まるで新品みたいにピカピカになるよ✧



活用術4

電子レンジには重曹水をチン♥

レンジについた食べ物の油やタンパク質はなかなか落ちない！　でも重曹水をチンして拭きとればキレイに。





これさえあれば完ペキです!!

専属モデル（31歳／滋賀県）
既婚・息子1人・娘2人
けいこ

＼スゴいよ重曹さん!!／

重曹は掃除だけでなく美にも効く

ヒジ、ヒザ、かかとの角質をとる
ごわつく部分に重曹ペーストを塗ると、角質層の細胞の繋がりが分解され、角質が柔らかくなるんです♥

入浴剤として使えばツルピカ肌♥
重曹の主成分である炭酸水素ナトリウムは、アルカリ性の天然温泉にも含まれている成分で美肌に効果的♪

唇パックすればプルプルに✧
重曹に少し水を混ぜてペースト状にして唇にのせてパック。マッサージしながら洗い流せばプルプルの唇に

重曹パックで鼻の黒ずみもオフ
重曹に水を混ぜ、固めのペースト状にしたら小鼻にオン。10分パックして、洗い流したら小鼻がツルツルに！

重曹うがいで口臭予防ができる
重曹は弱アルカリ性なので、口臭の元となる酸を中和してくれる働きがあるよ♥　必ず食用の重曹を使ってね。

今注目の洗剤Best3はコレだ!



テレビでも話題の
水垢洗剤✧

茂木和哉

掃除のプロであり掃除に誰より熱い、茂木和哉社長が開発した水垢洗剤。台所のシンクも、浴室の鏡のモヤモヤも蛇口も驚くほどピカピカに！ 界面活性剤不使用で肌にも優しい♥



ヨガインストラクター
(29歳／東京都)
独身・子供なし
真優川 咲さん

茂木和哉¥1,886／きれい研究所

掃除のプロが開発した
パワー系スプレー✧

万能職人

超強力だから手袋も必須！ 除菌剤が配合されていてどんな場所もピカピカに♪ 特にヤニだらけの壁、手垢の付着したスイッチや手すりなどに効果を発揮♪ 拭き掃除が楽しくなるよ♥



美容院経営&アクセサリーデザイナー(28歳／東京都)
既婚・子供なし
大城あいさん

今話題の
アルカリ電解水！

フォーバーディー

界面活性剤などの化学合成物質ゼロで安心。子供たちがいる我が家のお掃除には欠かせないアイテム！ 油汚れもしっかり落ちるのに手に優しく、除菌・消臭もできる優れものです♥



主婦
(25歳／東京都)
既婚・娘２人
川端さきさん

お掃除知恵袋 2

お掃除グッズを選ぶ基準は“安く、賢く、楽しく”が基本！

お掃除大好きモデルの最愛グッズたち♪

注目の洗剤BEST3から、殿堂入り100均グッズ、手作り系までお掃除マスターなお姉さんがご紹介♪

殿堂入り！ 100均神アイテム



包丁やまな板も大掃除しよう！

アルミナキッチン

キッチンに1個あったら便利なスーパースポンジ。包丁研ぎとしても使えるし、まな板の黒ずみもオフ、鍋やフライパンの黒ずみもガシガシ落とせる。



けいこ



楽しいほど鏡がピカピカに！

ダイヤモンドパフ

模様がついている研磨面を水にぬらし、優しくこすると汚れがジャリっと取れる。この感触がなくなるまでこするよ。爽快すぎてハマってる♥



芸能プロダクション運営(28歳／東京都)
バツイチ独身・息子２人
鈴木愛美さん



ダイヤモンドでキッチン製品磨きます♪

汚れ磨き消しゴム

キッチン周りのガンコな汚れを消しゴムのような感覚でピカピカにこすり落とすクリーナー♥ 諦めていた鍋に焦げ付いた汚れもとれちゃう✧



主婦
(25歳／東京都)
バツイチ独身・娘１人
松岡明理さん



メラミンスポンジ大好き♡

ラクラク磨き技

洗剤を使わずに、水だけで汚れを落とすことができる万能使い捨てクリーナー。子供がテーブルに書いちゃった落書きも落とせるから大好き♪



ゼロ円で作れちゃう 手作りグッズ



割り箸と輪ゴムと
いらない布でカンタン！

マツイ棒

割り箸に古布をまきつけて輪ゴムで固定するだけ!! 割り箸の替わりに使い古しの菜箸を使えば長くなって便利。サッシの掃除に最適😊



まつ毛専門店グランデアイズ代表取締役(33歳／愛知県)
独身・子供なし
伊吹奈々さん





三角の山が
隅にまで届く✧

ナナメカット歯ブラシ

使い終わった歯ブラシを頭の部分から見てナナメになるようにカット♪ この一手間で、なかなか届かない角や隅まできれいにできるんだ♪



専属モデル
(30歳／東京都)
独身・子供なし
加賀美早紀

お掃除知恵袋 3

クローゼットだって大掃除して、目指せ!! 収納美人♥

いらないお洋服は売るのが断然オク!

古着の買い取りサービスを比較してみたよ😊 古着の種類によって変えるのも賢いよね♪

買い取り王子

段ボールお届けサービスが嬉しい♪ ノーブランドの服も買い取ってくれるし、いらなくなった本や雑誌も一緒に売れるから便利!!

ZOZOTOWN

保存状態がよければどんなブランドも買い取りOK。査定も最短2日で早い♪ 販売している古着も種類豊富で掘り出しがあるかも✧

BOOK OFF

店頭買い取りと店舗出張買取の二つの方法がある。ノーブランドでも買い取りOKで、すぐ査定してお支払いしてくれるところがうれしい✧

ブランディア

ブランド物は高値がつきやすい。ノーブランドのものは値段がほとんどつかないこともあるから注意。商品到着から2日以内に査定してくれるよ✧

メルカリ

スマホカメラから無料で出品できるフリマアプリ。出品商品が購入されると売却金額の10%が手数料として引かれるよ★

フクロウ

ソールの減った靴や、内側にシミや汚れのあるバック、裾上げした服も買い取りOK😊 取り扱いブランドが幅広いのが魅力的★

古着回収サービスなら特典いっぱい

H&M

着なくなった服を袋に詰めて、会計カウンターに持ち込むと、3,000円お買い上げごとに500円割引のクーポンがもらえるよ😊 全店で実施中。

丸井

200円の割引券がもらえる、古着リユースのチャリティーイベントを不定期で開催。東日本大震災の被災者や途上国の人へ届くよ!!

あなたの女子力が試される!?

まばゆいホワイトを着たい

シミがついてちゃ
かわいくないぞ♡



Part 6
ダメ。シミ、絶対！

今季、大流行した白い服は女子力アップに欠かせないアイテムだよね♥　でもシミや黄ばみができてしまったらせっかくの白マジックも台無し!!　意外と知らない白アイテムの洗濯法や管理術をおさらいしよう♪

PHOTO_Emiko Yamabe　HAIR_Masahiro Niitsu、Mayumi Yamada（Charme）　EDIT&TEXT_Yuriko Isayama

洗　お洗濯には一家言あり！なお姉さんの 服の種類別シミ抜き術♡

シミなんて絶対許さない、お洗濯上手なお姉さんたちは洗剤選びにもこだわりがありました♥

強め ←→ 優しい

Shoes 上履きには



子供の上履きの汚れは
コレで一掃できる!!

キッチンハイター

キッチンハイターは色柄物を洗うと染色が流れ落ちて真っ白になるほどの漂白力！　真っ黒になった子供の上履きも真っ白になるから快感♥



正看護師（35歳／愛知県）
既婚・娘２人・息子１人
土屋きよかさん

Shirts シャツには



ファンデの汚れや
シャツの黄ばみに使える★

プラチナアルファ

専用洗剤を使わなくてもファンデーションの汚れとか袖の黒ずみもすっきり取れるからお気に入り♪　香りも柔軟剤みたいな優しい香りなの♥



主婦（26歳／福岡県）
既婚・子供なし
西澤友希さん

Wool ウールには



ウールやオシャレ着には
部分用洗剤♥

ナチュラルゴールソープリキッド

牛の胆汁とオリーブ油と菜種油の石けんを組み合わせたオーガニックのシミ抜き洗剤♪　パッケージもオシャレ♥　台所の油汚れにも使えるよ。



トライアスリート
（27歳／東京都）
独身・子供なし
今井麻莉江さん

Lingerie 下着には



肌にもやさしい成分で
白い下着を手洗い✧

ウタマロ石けん

漂白剤でつけ置きしても取れなかった子供服のシミも下着の血液汚れもこすって洗うだけで取れたの！
ウタマロ石けん¥160／東邦



専属モデル（31歳／滋賀県）
既婚・娘２人・息子１人
けいこさん

Baby ベビー服には



アルカリ電解水で
環境にも肌にも配慮♪

セスキ

界面活性剤が使われてないからベビー服のシミ抜きにも安心して使える♥　セスキの【激落ちくん】徳用500ml（オープン価格）／レック



芸能プロダクション運営
（28歳／東京都）
バツイチ独身・息子２人
鈴木愛美さん

収　白い服をもっと素敵に着られる♪ 収納方法♡

ちょっとしたアイデアで白い洋服を長く綺麗に着られるよ♪

白い服だけの専用コーナーを作る!!



ダンサー（27歳／東京都）
独身・子供なし
RIRIさん



他の色の服の繊維がついたりしないように、白専用の収納コーナーを作ってるよ♥　見た目も綺麗だし、洋服を選ぶときも便利だよ♪

100均の収納カバーに入れて収納♪

コートやワンピースとか、ハンガーにかけて収納する洋服には100均の収納カバーをかけるよ。ほこりもつかないしクローゼットもスッキリ見えて一石二鳥♥



重層×アロマの手作りサシェで除湿♥

収納するときに気をつけたいのが湿気。除湿効果のある重曹に、好きな香りのアロマを数滴垂らしてティッシュで包んだら手作り除湿サシェのできあがり♥



干　白い服を美しく着るにはコレが大事なんです！ 乾かし方♡

太陽の光で黄ばむこともあるから、白い服の干し方も要チェック！

干す時に裏返せば、万が一落ちても安心♥

太陽の光で白い服が黄ばむリスクがあるとわかっていても、お日様の下で干したいときは、裏返して干せばOK。風に飛ばされても汚れが最小限に😊



柔軟剤×部屋干しで、ルームスプレー要らず♪

お出かけ前に、好きな香りの柔軟剤を入れて洗濯して部屋干ししたら、帰ってきたときには部屋中いい香り♥　ルームフレグランス替わりになるよ♪



蛍光灯も太陽光もNG！浴室乾燥が鉄板!!



蛍光灯の光で黄ばんでしまうことがあるほど、白い服はデリケート。大切にしたい服は、電気をつけずに浴室乾燥機の中で乾かすよ♪



芸能プロダクション経営
（25歳／埼玉県）
既婚・子供なし
菜摘 梓さん

＼すぎやまかなえの心理テスト連載!!／

カナISM

KANAISM

vol.5
「クリスマスなんて大嫌い」

PHOTO_Kosuke Nakashima(PEACE MONKEY)
HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto
MODEL&TEXT_Kanae Sugiyama
EDIT_Haruka Noda
THANKS_EASE

子供の頃、一年に一度のクリスマスが何よりも大好きだった。それが大嫌いになった出来事ネタ帳







今回は、カナのクリスマスがいかにめでたくないか、っていう話。

❶ 4年半付き合ってた元彼との話。ある年のクリスマス、ドライブにでかけたら大渋滞でカナは爆睡しちゃったんだけど、起きたら目の前にシャネルの紙袋が♡　ayuがつけてて欲しかったグラサンや〜ん！「ありがとう！　大好き〜♡」ってハグしたあと、早速装着。サイドミラーに映るのはayuではなくタモリ。めっちゃ似合わん。カナが泣いた。彼もショックで泣いた。全米が泣いた。

❷ ①の彼氏を傷つけてしまったせいなのか、その後のクリスマスには恋愛の神様に呪われたかのように別れが頻発。またある年のクリスマス。テレビの生放送の仕事があって、リハを終えて楽屋に戻ったら財布にあったはずの3万円がない…。どこかの国のサンタよ、カナのお金はアンタへのプレゼントやないで。彼氏はいない。金は盗まれる。全米が泣いた。

❸ ②の出来事の後、本番まで時間があったので腹いせに近くにあったパチスロへ。神様っているんやね、かわいそうな私を見捨てないでくれた。なくなった3万円、取り返しました。#神様からの　#クリスマスプレゼント　#3万円　#おかえりなさい　#ありがとう　#生放送がんばれた　#でもクリスマスにスロットって　#やっぱり不幸　#全米が泣いた



帽子 ¥5,500、トップス ¥3,900/ ともに one spo





今回の心理テストは
“あなたがどんな状況で幸せを感じるか”問題♡

ドーナツ屋さんに来ました。10個セットで¥1,000です。どんな組み合わせで買う？

A. 全部違う種類にして色んな味を楽しむ
B. 好きな味を5つ選んで2個ずつ買う
C. 好きな味を3つ選んで3・3・4個で買う
D. 好きな味1つだけを10個買う

このテストの結果解説は1/7姉ageha Facebookページと2/7発売の次号で発表！ お楽しみに♡

前号P183のテストの答え

あなたが普段どのくらい文句を言っているかがわかる問題でした♡

A…表面的には平和主義で文句を言わないように努力しているタイプ。但し都合の悪いことに背を向けているだけで、トラブルが起きるとすぐ人のせいに
B…表面的にも精神的にも文句を言わず健康。イイ人！
C…何をやっても文句ばっかり！　最悪っす
D…文句とは違って否定批判が多いタイプ。自分へのイライラが態度になっているかも

映画館で食べるポップコーンが好き。

大きいサイズを頼んで抱えながら映画観るのがカナの定番。この間、とある映画のビックリするシーンでカラダがビクっとしたら、ポップコーンのボックスをひざ蹴りしてもぉて全部ぶちまけた。全米が泣いた。

姉ageha 1月号

PUBLISHER
谷 光正

ADVERTISING STAFF
阿久津好治、小山田憲生、長田幸恵、今井健太

CHIEF EDITOR
後藤文江

SECRETARY
北村幸子

EDITOR
栗山アンナ

DESIGNERS
澤田むつみ、古川敦子・今村麻実（ATOM☆STUDIO）、midoriya、slash、近藤彩子、神田秀樹、市原茂幸、Ark design、高橋奈々絵(meets)、La Chica、竹内良太、鈴木麻衣子、中西佑美

2016年も
よろしくね♥

買っていただきまして
ありがとう
ございました♥

次号は2016年
2/5(金)
発売です♥

［お問い合わせ］
広告／03-6265-8581　編集／03-6265-8583　info@mediasjp.com

発行／medias株式会社
〒156-0042　東京都世田谷区羽根木1-21-1

発売／株式会社主婦の友社
〒101-8911　東京都千代田区神田駿河台2-9

発売日／2015年12月7日

※本誌内の価格表示は、断りのある場合を除き、すべて税抜の本体価格となります。

♥撮影協力店リスト♥

あ

R&E
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B1F
03-3477-5016

アヴァンセ
03-3403-3817

アディクション ビューティ
0120-586-683

ENVYM
03-6820-7910

アンファー
0120-722-002

イヴ・サンローラン・ボーテ
03-6911-8563

伊勢半
03-3262-3123

井田ラボラトリーズ
0120-44-1184

EGOIST ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿B1F
03-3358-3570

ESPERANZA ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿4F
03-3341-6150

エリザベス
03-3262-4061

L.CHANCE 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-6F
03-3477-5074

お世話や
http://www.osewaya.jp/

オルビス
0120-050-050

か

Girls Cosme
http://girls-cosme.jp

花王（ケープ、ビオレ）
0120-165-692

花王（ソフィーナ）
0120-165-691

カバーマーク カスタマーセンター
0120-117133

Cure
0120-111-344

きれい研究所
018-853-5830

銀座MIYOSHI
東京都中央区銀座7-6-2 石井薬局ビル5F
03-5537-0711

Qoo
東京都渋谷区神宮前4-3-15 Tokyo Central 表参道515
03-6804-2201

クオレ（Kパレット）
0120-769-009

グライド・エンタープライズ
0120-200-390

Grandedge 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-3F
03-3477-5081

健康コーポレーション
0120-566-836

KOBE LETTUCE
078-271-7780
http://www.lettuce.co.jp/

コージー本舗
03-3842-0226

コーセー
0120-526-311

コーセーコスメポート お客様相談室
03-3277-8551

コスメデコルテ
0120-763-325

Corrida Corset
東京都渋谷区神宮前6-6-8-202
03-5468-9339

サンスターお客様相談室
0120-008241

さ

資生堂お問い合わせ先
0120-30-4710

SHAGADELIC 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B1F
03-3477-5025

GYDA 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-7F
03-3477-5166

GERME
03-6433-5785

JEWELS PROM
080-7853-9860
http://www.jewels-prom.net/

sugar
025-228-4747
http://sugar-net.com/

シュクココロ
東京都葛飾区白鳥4-17-5
03-6904-4378

SHO-BI
03-3472-7896

ジョワナリエ ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿4F
03-3351-8020

ジルスチュアート　ビューティ
0120-878-652

スカイ・グループ（msh）
0120-131-370

SPIRALGIRL
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B2F
03-5489-0407

セザンヌ化粧品
0120-55-8515

セシルマクビー ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿B1F
03-3352-3661

TAKARAYA 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B1F
03-3477-5017

た

DaTuRa 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-2F
03-3411-5059

ディー・アップ
03-3479-8031

DHC
0120-333-906

dazzy
03-5422-8818
http://dazzystore.com/

Delyle NOIR 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5053

DURAS
東京都渋谷区千駄ヶ谷4-12-9 ブルースカイ千駄ヶ谷2F
03-5772-6316

東邦
06-6754-3181

常盤薬品工業 サナお客さま相談室
0120-081-937

な

Nina mew
東京都渋谷区神宮前6-4-2
03-6427-9369

24h cosme
0120-24-5524

ニベア花王
0120-165-699

ネクステージ
03-6691-1287

は

BARAK 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5010

原宿シカゴ 表参道店
東京都渋谷区神宮前6-31-21
オリンピアアネックスビルB1F
03-3409-5017

バロックジャパンリミテッド（rienda、RCWB）
03-6730-9191

P&Gお客様相談室
0120-021327

BCL お客様相談室
0120-303-820

ファンケル化粧品
0120-35-2222

FIG&VIPER
東京都渋谷区千駄ヶ谷3-20-1 六美ビルB1F
03-5772-5310

フローフシ
03-3584-2624

ポーラお客さま相談室
0120-117111

ま

M・A・C（メイクアップ アート コスメティックス）
03-5251-3541

マックス ファクター
0120-021325

ミシャジャパン お客様相談室
0120-348-154

無印良品 池袋西武
03-3989-1171

メイベリン ニューヨーク お客様相談室
03-6911-8585

や

ユニリーバ お客様相談室
0120-500-513

ユニリーバ・ジャパン お客様相談室
0120-110-747

夢展望
072-761-9339

ら

RASVOA 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5038

ラッシュ・ジャパン
0120-125204

ランコム
03-6911-8151

リエディ
06-6214-3503
http://www.galstar.jp/

RESEXXY 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-7F
03-3477-5098

RESEXXY SHIBUYA109ABENO店
大阪府大阪市阿倍野区阿倍野筋1-6-1
あべのキューズモール2F
06-6633-6605

レック
03-5847-0645

LIP SERVICE
03-6433-5785

レクシア
0120-444-159

LADYMADE
東京都渋谷区神宮前2-27-14 KHK神宮前ビル
03-6804-3410

レブロン
0120-803-117

ROYAL PARTY
03-6825-9595
http://www.royalparty.jp/

ロート製薬お客さま安心サポートデスク
06-6758-1272

ロレアル パリ お客様相談室
03-6911-8483

わ

one spo 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5147

姉agehaを一緒に作ってみませんか？ **姉ageha 編集STAFF募集!!**

募集内容

☆職務概要／「姉ageha」の編集業務全般（企画立案、撮影取材、ライティング業務など）
☆雇用形態／契約社員、アルバイト（いずれも試用期間あり）
☆給与／月給18万～（交通費別途実費支給）
※給与は年齢、経験を考慮の上、当社規定により優遇。
☆休日／完全週休2日、年末年始休暇あり　☆勤務地／東京都世田谷区
☆応募条件／年齢・経験は問いません。20～30代の男女が活躍している職場です。
☆応募方法／履歴書（写真貼付）と職務経歴書（経験者のみ）を郵送ください。書類選考の上、合格者のみ面接日をお知らせします。（応募書類は返却致しません）

応募先

〒156-0042
東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
medias株式会社
姉ageha編集部 編集STAFF募集係

●お問い合わせ／03-6265-8583
●応募締め切り／2016年2月4日（木）必着

※ご応募いただく個人情報は採用業務にのみ利用し、他の目的での利用や第三者への譲渡・開示をすることはありません。


炭酸パックとも違う!! とっておきの前日の、とっておきのお手入れに♥
O/CSHELL
オクシェル
まるでスパークリングワインの泡と、白ワインの香りに包まれているような使用感のパック♥ 実際にポリフェノールの含まれるシャルドネエキスを使用、さらにぶどうの果皮に含まれるレスベラトロール配合で、ふっくらとみずみずしい肌に導いてくれます。塗ってしばらく置くと、いつの間にかクリーミーな泡に変化!! そのまま優しくなでるようにマッサージすれば、リゾートエステでくつろいでいるような贅沢な肌ケアタイムに✧
4g×20包入り
PRICE：15,000yen（税別）
MADE IN JAPAN
O CSHELL
おうちでリゾート気分を味わえる
癒しで贅沢なリラックスタイム♡
【お取扱い店】
unsarto
☎ 03-6427-6523
住所／東京都港区南青山 6-3-2 QCcube 南青山 63-2F
営業時間／平日 11:00～21:00、木 13:00～23:00、土、水10:00～20:00、日祝 10:00～18:00
定休日／火曜日、第 2、第 3月曜日
Nepenji Ebisu
☎ 03-3793-2357
住所／東京都渋谷区恵比寿南 2-6-14 サウスコート恵比寿 1F
営業時間／ 11:00 ～ 21:00、水・日曜 10:00 ～ 20:00
定休日／火曜日、第 2、第 3 月曜日
unsarto poi（池尻店）
☎ 03-3421-3202
住所／東京都世田谷区池尻 3-1-3 B1
営業時間／ 11:00 ～ 21:00、木曜 13:00 ～ 23:00、水・日曜 10:00 ～ 20:00
定休日／火曜日、第 2、第 3 月曜日
株式会社アンプリー 東京都中央区銀座 4-8-12 ☎ 03-3567-8666 http://www.o-cshell.jp
安浦利有限公司 103-52 台北市大同區南京西路41 號7F-2 ☎(02)2558-2269 E-Mail:amply.tw@msa.hinet.net
PHOTO_Youki Oneyama(JOPS)
HAIR&MAKE__Satoko Nishida(infinite)
MODEL_Saki Kagami

お姉さんアゲハ
1月号
もう若くないと悩んでいる人に読んでほしい!!
アラサーのためのビューティ雑誌です❤



2015年12月7日発売 第2巻第1号通巻6号
発行人●谷 光正
編集人●後藤文江
発行／medias(株) 〒156-0042 東京都世田谷区羽根木1-21-1
☎03-6265-8583(編集) ☎03-6265-8581(広告)
発売／(株)主婦の友社 〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9
☎03-5280-7551(販売)

特別定価680円 本体630円
雑誌 02101-01
★次号発売は2016年2月5日です。
印刷／共同印刷株式会社
4910021010161
00630

POST CARD

52円切手を
貼ってください

156-0042

東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
メディアス株式会社

お姉さんアゲハ 2016年1月号 行き

希望プレゼント番号 1 （　　　）
希望プレゼント番号 2 （　　　）
希望プレゼント番号 3 （　　　）

フリガナ

お名前

ご住所 〒

TEL

電話取材 OK NG

MAIL

姉agehaからメルマガを配信しても OK NG

年齢

歳

未婚 既婚

ご職業（業種を詳しく教えてください）

あなたの家族構成は?

1. 親と同居 2. 一人暮らし 3. 夫と同居 4. 夫・子供と同居 5. 彼氏と同居 6. その他（　　　）

表紙で気になった企画とその理由を教えて下さい。（複数回答可）

今回、この雑誌を購入いただいた理由を教えてください。
（例:表紙のモデルがかわいいかったから／昔好きだったモデルが出ているから／○○の企画が気になったなど）

ご記入いただいた個人情報は外部に提供することはございません。

Q1 本号で良かった企画とその理由を3つ教えてください

企画名	企画名	企画名
理由	理由	理由

Q2 本号に出ているモデルであなたが好きな人を3人あげてください

さん	さん	さん
理由	理由	理由

Q3 本号で好きな写真とその理由を教えてください

P.

Q4 本号で好きな＆嫌いなコーデを教えてください

好きP.　　嫌いP.

Q5 好きな雑誌、よく読む雑誌をすべて教えてください

Q6 好きな有名人（タレント・モデル・ブロガーetc）を教えてください（何人でも可）

Q7 あなたが1カ月で自分の好きなことに自由に使えるお金（洋服代、コスメ代、エステ代などすべて合わせて）はいくらまでですか？　（　　　　）円

Q8 最近買って、「買ってよかった!」と思った物はなんですか？（洋服、コスメ、電化製品、車など何でも）

Q9 アンチエイジング対策として普段使用しているあなたのお気に入りアイテム（器具・コスメ etc）を教えてください。（複数回答可）

Q10 好きなファッションブランドは何ですか？（複数回答可）

Q11 クリニック施術で受けたことがあるものは？ また興味があるものは？

最後に、ご意見、ご要望、ご感想などをお聞かせください。
悩みがある方は、悩みも思う存分書いてみてください❤

この度は、この雑誌をご購入いただきまして本当にありがとうございました❤